199 Suppen



Titel

Rubrik

Stichworte

Titelübersicht

ADENDORFER MILCH-BOHNENSUPPE MIT PFLAUMENKNOEDELN

ALTDEUTSCHER KARTOFFELTOPF

APPENZELLER HAFERFLOCKENSUPPE

ASIATISCHE LINSENSUPPE

BIBBELSCHES BOHNENSUPP'

BIERSUPPE

BIRNEN-SELLERIE-CREMESUPPE

BIRNENSUPPE MIT KLOESSEN

BLUMENKOHLSUPPE MIT ZUCCHINISTREIFEN

BOHNEN-EINTOPF MIT HAMMELFLEISCH (MUENSTERLAND)

BRENNESSELSUPPE

BRENNESSELSUPPE MIT KOKOSFLOCKEN

BREZELSUPPE

BROCCOLI-REIS-EINTOPF

BROCCOLICREMESUPPE

BROCCOLISUPPE MIT SCHINKEN

BROCCOLISUPPE MIT ZUCCHINI-BOHNEN-TOMATENSALAT

BROTSUPPE (GROSSMUTTER)

BROTSUPPE MIT BRAUNBIER

BROTSUPPE MIT KAESE

BUENDNER BOHNEN- UND GERSTENSUPPE

BUNTE GULASCHSUPPE

BUNTER GEMUESETOPF MIT FLEISCHKLOESSEN

BUNTES BOHNENALLERLEI

BUTTERMILCHSUPPE

BUTTERMILCHSUPPE MIT GRIESSKLOESSEN

CHINAKOHLEINTOPF I

CURRY-HUEHNERSUPPE

DEFTIGER KOHLTOPF

DICKE REISSUPPE MIT WIRSING

DINKEL-EINTOPF

EIDERSTEDTER WIENSUPP

EIER-TOPF

EINTOPF AUS GETROCKNETEN GRUENEN BOHNENKERNEN

EINTOPF NACH ART DER KANAREN

EINTOPF PALERMO

EINTOPF VON GRUENEM UND WEISSEM SPARGEL MIT KANINCHEN

ENTENKRAFTBRUEHE

ERBSENCREMESUPPE

ERBSENSUPPE MIT HUMMERMEDALLIONS

ERDBEER-RHABARBER-SUPPE MIT PROSECCO

ERDBEER-RHABARBERSUPPE MIT CHAMPAGNER

EXOTISCHE BANANENSUPPE

FEINE ERBSENSUPPE

FEINE SUPPE

FENCHELSUPPE MIT WEISSBROTCROUTONS

FEURIGE KARTOFFELSUPPE

FISCHSUPPE

FISCHSUPPE MIT ANANAS

FISCHSUPPE MIT SEELACHS UND SHRIMPS

FLEISCHSTRUDEL (SUPPENEINLAGE)

FRANKFURTER FRUEHLINGSSUPPE

FRANKFURTER LINSENSUPPE

FRANKFURTER LINSESUPP

FRANKFURTER TOPF

FRISCHE SUPPE UND TAFELSPITZ MIT ZWEIERLEI KLOESSCHEN

FRUEHLINGSSUPPE

GAISBURGER MARSCH (MDR)

GAZPACHO-SALMOREJO

GEEISTE KAESESUPPE MIT KRAEUTERCROUTONS

GEEISTE TOMATENSUPPE

GEFLUEGELCREMESUPPE MIT SHERRY

GEMUESE-EINTOPF

GEMUESESUPPE MIT ASIATISCHEN GEWUERZEN

GERSTENSUPPE MIT GERAEUCHERTER ENTENBRUST

GERSTENSUPPE MIT WURZELGEMUESE

GLASNUDELSUPPE

GLASNUDELSUPPE MIT GARNELEN & SCHINKEN

GRATINEE A L'OIGNON (FRANZOESISCHE ZWIEBELSUPPE)

GRAUPENEINTOPF MIT OCHSENBRUST

GRIESSNOCKERLSUPPE

GRUENE SUPPE NACH ART DES MINHO

GRUENER BOHNENEINTOPF

GRUENKERNSUPPE (GROSSMUTTER)

GRUMBEERESUPPE

GRUMBIERESUPPE MIT KRACHERLE

GULASCHSUPPE MIT GRATINIERTEM LAUCH

GURKENSUPPE MIT DILL

GURKENSUPPE MIT LILIENBLUETEN

GURKENSUPPE MIT MATJES

HAEHNCHENSUPPE MIT INGWER

HEISSE TOMATENSUPPE MIT WEISSEN BOHNEN

HEMMELSDORFER AALSUPPE

HERBSTLICHER GEMUESEEINTOPF

HUEHNERSUPPE

IRISH STEW (NORDTEXT)

JUEDISCHE HUEHNERSUPPE

KAESESUPPE (GROSSMUTTER)

KALTE APFELSUPPE MIT EIS

KAROTTEN-ORANGENSUPPE

KAROTTEN-SELLERIECREMESUPPE

KAROTTENSUPPE

KARTOFFEL-KRAEUTERSUPPE

KARTOFFELEINTOPF

KARTOFFELSUPP

KARTOFFELSUPPE (MIT KOHLRABI UND KRABBENFLEISCH)

KARTOFFELSUPPE AUS DEM VERZASCATAL

KARTOFFELSUPPE MIT FRISCHEM SPINAT

KARTOFFELSUPPE MIT PARMESAN

KARTOFFELSUPPE MIT ZITRONENMELISSE (BUEROMAHLZEIT)

KASTANIENSUPPE NACH HILDEGARD VON BINGEN

KERBELSUPPE MIT HAEHNCHENBRUSTWUERFELN IN KRAEUTERPANADE

KERBELSUPPE MIT RAHM

KICHERERBSENSUPPE

KIRSCH-STACHELBEER-KALTSCHALE

KIRSCHSUPPE MIT GRIESSKLOESSCHEN

KLARE BRUEHE MIT TORTELLINI

KLARE ERDAEPFELSUPPE

KLARER, GERAEUCHERTER FORELLENEINTOPF

KNIEPERSUPPE

KNOBLAUCHSUEPPCHEN MIT RIESENGARNELEN

KNOBLAUCHSUPPE

KOHLRABICREMESUPPE

KRABBENSUPPE

KUERBIS-EINTOPF

KUERBISCREMESUPPE

KUERBISSUPPE

LAMM-EINTOPF

LAUCH-KARTOFFELCREMESUPPE MIT KERBEL

LAUWARME LAUCH-PAPRIKASUPPE

LE RATA AU LARD DE FERNANDE ("SPECKFRASS" A LA FERNANDE)

LEGIERTE ZITRONENSUPPE

LEGIERTE ZUCCHINISUPPE

LINSENEINTOPF

LINSENEINTOPF MIT CABANOSSI

LINSENSUPPE MIT POEKELZUNGE

LINSENSUPPE MIT WACHTELSAUCE

MAIS-SUPPE "NSCHO-TSCHI"

MEERRETTICHSUPPE MIT TAFELSPITZ

MINESTRONE

PERUANISCHE MAISSUPPE

PETERSILIEN-GRIESSUPPE

PICHELSTEINER

PIKANTE KALTSCHALE VON HONIGMELONE, ORANGE UND FENCHEL

PILZRAHMSUPPE

PILZSUPPE MIT LAUCH UND SCHINKEN

PORREESUPPE

PORREESUPPE MIT KAESEKLOESSCHEN

POTAGE SAINT CLOUD

PROVENCALISCHER FISCHTOPF

RADIESERLBLATT-SUPPE NACH SEFFIS ART

REISNUDELSUPPE MIT KREBSKLOESSCHEN

RIBOLLITA - ITALIENISCHE KOHLSUPPE

RIEBELESUPPE

RINDFLEISCHTIP MIT GRUENEN BOHNEN

RIWWELSUPP

ROQUEFORT-SUPPE

ROSENKOHLRAHMSUPPE I

ROSENKOHLSUPPE "OSTHOLSTEINER ART"

RUCOLA-SUPPE

SALATSUPPE

SALZSCHLIRFER KARTOFFELSUPPE

SAUERAMPFER-CREMESUPPE

SAUERAMPFERSUPPE (GROSSMUTTER)

SAUERKRAUT-MEERRETTICHSUPPE MIT BLUTWURSTSCHEIBEN

SAUERKRAUTEINTOPF

SAUERKRAUTSUPPE

SAUERKRAUTSUPPE MIT KORIANDER

SAURE RAEDLE

SCHARFE LINSENSUPPE (AUS INDIEN)

SCHARFER BOHNENEINTOPF

SCHIBBELCHES BOHNESUPP

SCHINKENKLOESSE MIT EINTOPF

SCHNELLE SPINATSUPPE

SCHNETZESOPP

SCHOTTENSUPPE

SCHWAEBISCHE ZWIEBELSUPPE

SCHWARZWURZELSUPPE

SELLERIERAHMSUPPE UND ERBSENSUPPE

SENEGALESISCHE SUPPE

SOMMERLICHER KARTOFFELTOPF

SOUPE AU PISTOU

SPINATSUPPE

STECKRUEBEN-EINTOPF

STECKRUEBEN-SUPPE

SUPPE MIT GARNELEN UND KOKOSMILCH

TAUSENDFLOCKENSUPPE

TERLANER WEINSUPPE MIT SCHLUTZKRAPFERL

TOMATENSUPPE MIT LAMMFLEISCH

TOMATENSUPPE MIT QUARKNOCKEN

TOMATENSUPPE MIT WEISSEN BOHNEN

TOPINAMBURSUPPE (ERDAEPFEL) MIT STREIFEN VON GERAEUCH ...

UNGARISCHE GULASCHSUPPE

VITAMINSUPPE

WEINSUPPE

WEINSUPPE MIT BACKPFLAUMEN

WEISSBIERSUPPE

WEISSE BOHNENSUPPE MIT LAMMFLEISCH

WIRSING-KAESE-EINTOPF

WIRSINGRAHMSUPPE MIT ROQUEFORT

WIRSINGSUPPE MIT CURRY

WIRSINGTOPF

WUERZIGE ZITRONENSUPPE (GRIECHENLAND)

WURST-GULASCH "CARAMBA"

ZUCCHINI-CREME-SUPPE

ZUCCHINISUPPE MIT KRESSE

ZUPPA DEI CECI E SPINACI; KICHERERBSENSUPPE

ZWIEBELSUPPE

ZWIEBELSUPPE A LA ROQUEFORT

ADENDORFER MILCH-BOHNENSUPPE MIT PFLAUMENKNOEDELN

Für 4 Portionen

SUPPE

- *400 g Mehligkochende Kartoffeln*
- *750 ml Vollmilch*
- *250 ml Buttermilch*
- *400 g Schnibbelbohnen*
- *Salz, Pfeffer*

FUER DIE KNOEDEL

- *400 g Mehligkochende Kartoffeln*
- *1 Ei*
- *1 EL Braune Butter*
- *1 EL Griess*
- *85 g Kartoffelmehl*
- *8 Trockenpflaumen*
- *Salz*

Suppe: : Kartoffeln in Salzwasser garen. Ebenso die geschnibbelten Bohnen. Kartoffeln mit heisser Vollmilch und kalter Buttermilch im Mixer mit Salz und Pfeffer puerieren.

Die gegarten Bohnen in einen Topf geben, mit der Kartoffelsuppe uebergiessen. Nochmals erwaermen - aber nicht kochen. Abschmecken.

Knoedel: : Kartoffeln am Vortag garen und durch die Presse druecken. Die gepressten Kartoffeln mit den anderen Zutaten zu einem glatten Teig verarbeiten. 8 Knoedel formen, mit je einer Pflaume fuellen und in Salzwasser garziehen lassen.

Evtl. die fertigen Kloesse kurz in heissen Butter-Semmelbroeseln schwenken. Mit der Suppe servieren.

Stichworte	Bohne, Gebunden, Kartoffel, Milch, Suppe

Suppe, Gebunden, Milch, Kartoffel, Bohne

ADENDORFER MILCH-BOHNENSUPPE MIT PFLAUMENKNOEDELN

Stichwortübersicht

Aal
HEMMELSDORFER AALSUPPE

Ananas
FISCHSUPPE MIT ANANAS

Apfel
CURRY-HUEHNERSUPPE
SENEGALESISCHE SUPPE
KALTE APFELSUPPE MIT EIS

Appenzell
APPENZELLER HAFERFLOCKENSUPPE

Banane
EXOTISCHE BANANENSUPPE

Bier
BIERSUPPE
WEISSBIERSUPPE
BROTSUPPE MIT BRAUNBIER

Birne
BIRNENSUPPE MIT KLOESSEN
BIRNEN-SELLERIE-CREMESUPPE

Blumenkohl
BLUMENKOHLSUPPE MIT ZUCCHINISTREIFEN

Bohne
BOHNEN-EINTOPF MIT HAMMELFLEISCH (MUENSTERLAND)
SOUPE AU PISTOU
TOMATENSUPPE MIT WEISSEN BOHNEN
ADENDORFER MILCH-BOHNENSUPPE MIT PFLAUMENKNOEDELN
GRUENER BOHNENEINTOPF
WEISSE BOHNENSUPPE MIT LAMMFLEISCH
HEISSE TOMATENSUPPE MIT WEISSEN BOHNEN
SCHIBBELCHES BOHNESUPP
BUNTES BOHNENALLERLEI
BUENDNER BOHNEN- UND GERSTENSUPPE

Knoblauch
KNOBLAUCHSUPPE

Kohl
DEFTIGER KOHLTOPF

Kohlrabi
KARTOFFELSUPPE (MIT KOHLRABI UND KRABBENFLEISCH)
KOHLRABICREMESUPPE

Kokos
BRENNESSELSUPPE MIT KOKOSFLOCKEN

Krabbe
KARTOFFELSUPPE (MIT KOHLRABI UND KRABBENFLEISCH)
KRABBENSUPPE

Krebs
KNIEPERSUPPE

Kresse
ZUCCHINISUPPE MIT KRESSE

Kuerbis
KUERBISCREMESUPPE
KUERBIS-EINTOPF
EINTOPF NACH ART DER KANAREN
KUERBISSUPPE

Lamm
BOHNEN-EINTOPF MIT HAMMELFLEISCH (MUENSTERLAND)
TOMATENSUPPE MIT LAMMFLEISCH
WEISSE BOHNENSUPPE MIT LAMMFLEISCH
SCHOTTENSUPPE
LAMM-EINTOPF
IRISH STEW (NORDTEXT)

Lauch
PORREESUPPE MIT KAESEKLOESSCHEN
LAUCH-KARTOFFELCREMESUPPE MIT

BIBBELSCHES BOHNENSUPP'
EINTOPF AUS GETROCKNETEN GRUENEN BOHNENKERNEN
RIBOLLITA - ITALIENISCHE KOHLSUPPE

Brennessel

BRENNESSELSUPPE MIT KOKOSFLOCKEN
BRENNESSELSUPPE

Brezel

BREZELSUPPE

Broccoli

BROCCOLI-REIS-EINTOPF
BROCCOLISUPPE MIT SCHINKEN
BROCCOLICREMESUPPE
BROCCOLISUPPE MIT ZUCCHINI-BOHNEN-TOMATENSALAT

Brot

BROTSUPPE MIT KAESE
KARTOFFELSUPP
BROTSUPPE (GROSSMUTTER)
BROTSUPPE MIT BRAUNBIER

Buttermilch

BUTTERMILCHSUPPE MIT GRIESSKLOESSEN

Cabanossi

LINSENEINTOPF MIT CABANOSSI

Champignon

PORREESUPPE

Chinakohl

CHINAKOHLEINTOPF I

Creme

KUERBISCREMESUPPE
SELLERIERAHMSUPPE UND ERBSENSUPPE
RADIESERLBLATT-SUPPE NACH SEFFIS ART
ZWIEBELSUPPE A LA ROQUEFORT
FENCHELSUPPE MIT WEISSBROTCROUTONS
SPINATSUPPE
BRENNESSELSUPPE MIT KERBEL
PORREESUPPE
LAUWARME LAUCH-PAPRIKASUPPE
GULASCHSUPPE MIT GRATINIERTEM LAUCH
PILZSUPPE MIT LAUCH UND SCHINKEN

Linse

ASIATISCHE LINSENSUPPE
LINSENEINTOPF
FRANKFURTER LINSENSUPPE
LINSENEINTOPF MIT CABANOSSI
FRANKFURTER LINSESUPP
LINSENSUPPE MIT WACHTELSAUCE
LINSENSUPPE MIT POEKELZUNGE
SCHARFE LINSENSUPPE (AUS INDIEN)

Mais

PERUANISCHE MAISSUPPE

Mangold

BUNTER GEMUESETOPF MIT FLEISCHKLOESSEN
GRUENE SUPPE NACH ART DES MINHO

Maultasche

SCHWAEBISCHE ZWIEBELSUPPE

Mehl

RIEBELESUPPE

Melone

PIKANTE KALTSCHALE VON HONIGMELONE, ORANGE UND FENCHEL

Milch

ADENDORFER MILCH-BOHNENSUPPE MIT PFLAUMENKNOEDELN

Mittelalter

STECKRUEBEN-EINTOPF

Nockerl

GRIESSNOCKERLSUPPE

Oesterreich

KOKOSFLOCKEN
ROQUEFORT-SUPPE
LAUCH-KARTOFFELCREMESUPPE MIT KERBEL
KAROTTEN-ORANGENSUPPE
PERUANISCHE MAISSUPPE
ROSENKOHLRAHMSUPPE I
SCHWARZWURZELSUPPE
CURRY-HUEHNERSUPPE
FRANKFURTER FRUEHLINGSSUPPE
KOHLRABICREMESUPPE
BROCCOLICREMESUPPE
KARTOFFELSUPPE MIT FRISCHEM SPINAT
KERBELSUPPE MIT HAEHNCHENBRUSTWUERFELN IN KRAEUTERPANADE
KNIEPERSUPPE
KRABBENSUPPE
BIRNEN-SELLERIE-CREMESUPPE
KAROTTEN-SELLERIECREMESUPPE
WIRSINGRAHMSUPPE MIT ROQUEFORT
FEINE ERBSENSUPPE
ROSENKOHLSUPPE "OSTHOLSTEINER ART"

Diabetiker

GURKENSUPPE MIT MATJES

Dinkel

DINKEL-EINTOPF

Ei

RIEBELESUPPE
EIER-TOPF

Eintopf

GURKENSUPPE MIT LILIENBLUETEN
LE RATA AU LARD DE FERNANDE ("SPECKFRASS" A LA FERNANDE)
ASIATISCHE LINSENSUPPE
SOMMERLICHER
BIERSUPPE
KNOBLAUCHSUPPE

Orange

KAROTTEN-ORANGENSUPPE

Paprika

LAUWARME LAUCH-PAPRIKASUPPE

Peru

PERUANISCHE MAISSUPPE

Petersilie

PETERSILIEN-GRIESSUPPE

Pfalz

RIWWELSUPP
SCHIBBELCHES BOHNESUPP

Pflaume

WEINSUPPE MIT BACKPFLAUMEN

Pilz

GLASNUDELSUPPE
PILZRAHMSUPPE
PILZSUPPE MIT LAUCH UND SCHINKEN

Pilze

ZUPPA DEI CECI E SPINACI; KICHERERBSENSUPPE

Portugal

GAZPACHO-SALMOREJO
GRUENE SUPPE NACH ART DES MINHO

Rahm

PILZRAHMSUPPE

Reis

BROCCOLI-REIS-EINTOPF
DICKE REISSUPPE MIT WIRSING

Rhabarber

ERDBEER-RHABARBERSUPPE MIT CHAMPAGNER
ERDBEER-RHABARBER-SUPPE MIT PROSECCO

Rind

EINTOPF PALERMO
GRAUPENEINTOPF MIT OCHSENBRUST
MEERRETTICHSUPPE MIT TAFELSPITZ

KARTOFFELTOPF
EINTOPF VON GRUENEM UND WEISSEM SPARGEL MIT KANINCHEN
FLEISCHSTRUDEL (SUPPENEINLAGE)
KLARER, GERAEUCHERTER FORELLENEINTOPF
BOHNEN-EINTOPF MIT HAMMELFLEISCH (MUENSTERLAND)
SOUPE AU PISTOU
SAURE RAEDLE
PROVENCALISCHER FISCHTOPF
PICHELSTEINER
WURST-GULASCH "CARAMBA"
GRUENER BOHNENEINTOPF
MINESTRONE
RINDFLEISCHTIP MIT GRUENEN BOHNEN
KUERBIS-EINTOPF
DEFTIGER KOHLTOPF
ZWIEBELSUPPE
WIRSINGTOPF
LINSENEINTOPF
EINTOPF PALERMO
FRANKFURTER TOPF
LINSENEINTOPF MIT CABANOSSI
WIRSINGSUPPE MIT CURRY
BROCCOLI-REIS-EINTOPF
HERBSTLICHER GEMUESEEINTOPF
KARTOFFELEINTOPF
EINTOPF NACH ART DER KANAREN
BUNTER GEMUESETOPF MIT FLEISCHKLOESSEN
GEMUESE-EINTOPF
WEISSE BOHNENSUPPE MIT LAMMFLEISCH
FRANKFURTER LINSESUPP
SAUERKRAUTEINTOPF
DICKE REISSUPPE MIT FRISCHE SUPPE UND
TAFELSPITZ MIT ZWEIERLEI KLOESSCHEN

Rindfleisch

GRUENER BOHNENEINTOPF
RINDFLEISCHTIP MIT GRUENEN BOHNEN
SCHARFER BOHNENEINTOPF
ALTDEUTSCHER KARTOFFELTOPF

Rosenkohl

ROSENKOHLRAHMSUPPE I
ROSENKOHLSUPPE "OSTHOLSTEINER ART"

Rucola

RUCOLA-SUPPE

Sauerampfer

SAUERAMPFERSUPPE (GROSSMUTTER)
FRANKFURTER FRUEHLINGSSUPPE
SAUERAMPFER-CREMESUPPE

Sauerkraut

SAUERKRAUTEINTOPF
SAUERKRAUTSUPPE MIT KORIANDER
SAUERKRAUTSUPPE
SAUERKRAUT-MEERRETTICHSUPPE MIT BLUTWURSTSCHEIBEN

Schinken

GLASNUDELSUPPE MIT GARNELEN & SCHINKEN
CHINAKOHLEINTOPF I
SCHINKENKLOESSE MIT EINTOPF

Schwarzwurz

SCHWARZWURZELSUPPE

Schwein

DEFTIGER KOHLTOPF

Schweiz

BUENDNER BOHNEN- UND GERSTENSUPPE

Sellerie

SELLERIERAHMSUPPE UND ERBSENSUPPE

WIRSING
CHINAKOHLEINTOPF I
SCHARFER BOHNENEINTOPF
GRAUPENEINTOPF MIT OCHSENBRUST
KARTOFFELSUPPE MIT PARMESAN
BUNTE GULASCHSUPPE
GAISBURGER MARSCH (MDR)
SAUERKRAUTSUPPE MIT KORIANDER
SCHIBBELCHES BOHNESUPP
STECKRUEBEN-EINTOPF
EIER-TOPF
FRUEHLINGSSUPPE
MAIS-SUPPE "NSCHO-TSCHI"
SCHOTTENSUPPE
KAROTTENSUPPE
SCHINKENKLOESSE MIT EINTOPF
ALTDEUTSCHER KARTOFFELTOPF
KARTOFFELSUPP
BUNTES BOHNENALLERLEI
GRUENE SUPPE NACH ART DES MINHO
BUENDNER BOHNEN- UND GERSTENSUPPE
SAUERKRAUTSUPPE
WIRSING-KAESE-EINTOPF
GULASCHSUPPE MIT GRATINIERTEM LAUCH
HEMMELSDORFER AALSUPPE
LAMM-EINTOPF
BIBBELSCHES BOHNENSUPP'
EINTOPF AUS GETROCKNETEN GRUENEN BOHNENKERNEN
RIBOLLITA - ITALIENISCHE KOHLSUPPE
DINKEL-EINTOPF
IRISH STEW (NORDTEXT)

Ente

ENTENKRAFTBRUEHE
GERSTENSUPPE MIT GERAEUCHERTER
WUERZIGE ZITRONENSUPPE (GRIECHENLAND)
BIRNEN-SELLERIE-CREMESUPPE
KAROTTEN-SELLERIECREMESUPPE

Sherry

GEFLUEGELCREMESUPPE MIT SHERRY

Spargel

EINTOPF VON GRUENEM UND WEISSEM SPARGEL MIT KANINCHEN

Speck

LE RATA AU LARD DE FERNANDE ("SPECKFRASS" A LA FERNANDE)

Spinat

SPINATSUPPE
ZUPPA DEI CECI E SPINACI; KICHERERBSENSUPPE
SCHNELLE SPINATSUPPE
KARTOFFELSUPPE MIT FRISCHEM SPINAT

Steckruebe

STECKRUEBEN-EINTOPF
STECKRUEBEN-SUPPE

Suess

BUTTERMILCHSUPPE
KIRSCHSUPPE MIT GRIESSKLOESSCHEN

Suessspeise

ERDBEER-RHABARBERSUPPE MIT CHAMPAGNER
ERDBEER-RHABARBER-SUPPE MIT PROSECCO

Suppe

KUERBISCREMESUPPE
SELLERIERAHMSUPPE UND ERBSENSUPPE
GRUENKERNSUPPE (GROSSMUTTER)
KICHERERBSENSUPPE
GURKENSUPPE MIT LILIENBLUETEN
REISNUDELSUPPE MIT

ENTENBRUST

Erbse

SELLERIERAHMSUPPE UND
ERBSENSUPPE
ERBSENCREMESUPPE
ERBSENSUPPE MIT
HUMMERMEDALLIONS
POTAGE SAINT CLOUD
FEINE ERBSENSUPPE

Erdbeere

ERDBEER-RHABARBERSUPPE
MIT CHAMPAGNER
ERDBEER-RHABARBER-SUPPE
MIT PROSECCO

Fenchel

FENCHELSUPPE MIT
WEISSBROTCROUTONS
KRABBENSUPPE

Fisch

REISNUDELSUPPE MIT
KREBSKLOESSCHEN
PROVENCALISCHER
FISCHTOPF
FISCHSUPPE MIT SEELACHS
UND SHRIMPS
FISCHSUPPE MIT ANANAS
FISCHSUPPE

Fleisch

PICHELSTEINER
EINTOPF PALERMO
GAISBURGER MARSCH (MDR)
FRISCHE SUPPE UND
TAFELSPITZ MIT ZWEIERLEI
KLOESSCHEN

Forelle

KLARER, GERAEUCHERTER
FORELLENEINTOPF

Garnele

GLASNUDELSUPPE MIT
GARNELEN & SCHINKEN
SUPPE MIT GARNELEN UND
KOKOSMILCH
KNOBLAUCHSUEPPCHEN MIT
RIESENGARNELEN

Gebunden

GRUENKERNSUPPE
KREBSKLOESSCHEN
LE RATA AU LARD DE
FERNANDE ("SPECKFRASS" A
LA FERNANDE)
ASIATISCHE LINSENSUPPE
RADIESERLBLATT-SUPPE
NACH SEFFIS ART
KLARE ERDAEPFELSUPPE
ZWIEBELSUPPE A LA
ROQUEFORT
SOMMERLICHER
KARTOFFELTOPF
EINTOPF VON GRUENEM UND
WEISSEM SPARGEL MIT
KANINCHEN
FENCHELSUPPE MIT
WEISSBROTCROUTONS
LEGIERTE ZUCCHINISUPPE
GEEISTE KAESESUPPE MIT
KRAEUTERCROUTONS
FLEISCHSTRUDEL
(SUPPENEINLAGE)
BUTTERMILCHSUPPE
KLARER, GERAEUCHERTER
FORELLENEINTOPF
KIRSCHSUPPE MIT
GRIESSKLOESSCHEN
BOHNEN-EINTOPF MIT
HAMMELFLEISCH
(MUENSTERLAND)
SOUPE AU PISTOU
BROTSUPPE MIT KAESE
SAURE RAEDLE
GEEISTE TOMATENSUPPE
KIRSCH-STACHELBEER-
KALTSCHALE
TOMATENSUPPE MIT WEISSEN
BOHNEN
SPINATSUPPE
BRENNESSELSUPPE MIT
KOKOSFLOCKEN
GEFLUEGELCREMESUPPE MIT
SHERRY
WUERZIGE ZITRONENSUPPE
(GRIECHENLAND)

(GROSSMUTTER)
LEGIERTE ZUCCHINISUPPE
BROTSUPPE MIT KAESE
GEFLUEGELCREMESUPPE MIT
SHERRY
WUERZIGE ZITRONENSUPPE
(GRIECHENLAND)
SALATSUPPE
ADENDORFER MILCH-
BOHNENSUPPE MIT
PFLAUMENKNOEDELN
PORREESUPPE MIT
KAESEKLOESSCHEN
FRANKFURTER LINSENSUPPE
FEINE SUPPE
TAUSENDFLOCKENSUPPE
KARTOFFEL-KRAEUTERSUPPE
ERBSENCREMESUPPE
HEISSE TOMATENSUPPE MIT
WEISSEN BOHNEN
BRENNESSELSUPPE
ERBSENSUPPE MIT
HUMMERMEDALLIONS
MEERRETTICHSUPPE MIT
TAFELSPITZ
GRATINEE A L'OIGNON
(FRANZOESISCHE
ZWIEBELSUPPE)
KARTOFFELSUPPE (MIT
KOHLRABI UND
KRABBENFLEISCH)
TERLANER WEINSUPPE MIT
SCHLUTZKRAPFERL
SAUERAMPFERSUPPE
(GROSSMUTTER)
PETERSILIEN-GRIESSUPPE
KARTOFFELSUPPE MIT
ZITRONENMELISSE
(BUEROMAHLZEIT)
JUEDISCHE HUEHNERSUPPE
RIEBELESUPPE
LEGIERTE ZITRONENSUPPE
RIWWELSUPP
HAEHNCHENSUPPE MIT
INGWER

KLARE BRUEHE MIT
TORTELLINI
PROVENCALISCHER
FISCHTOPF
SALATSUPPE
PICHELSTEINER
WURST-GULASCH "CARAMBA"
ADENDORFER MILCH-
BOHNENSUPPE MIT
PFLAUMENKNOEDELN
GRUENER BOHNENEINTOPF
MINESTRONE
ROQUEFORT-SUPPE
TOMATENSUPPE MIT
LAMMFLEISCH
BIRNENSUPPE MIT KLOESSEN
GRIESSNOCKERLSUPPE
PORREESUPPE MIT
KAESEKLOESSCHEN
RINDFLEISCHTIP MIT
GRUENEN BOHNEN
SCHNETZESOPP
FISCHSUPPE MIT SEELACHS
UND SHRIMPS
KUERBIS-EINTOPF
DEFTIGER KOHLTOPF
ZWIEBELSUPPE
WIRSINGTOPF
LINSENEINTOPF
FRANKFURTER LINSENSUPPE
EINTOPF PALERMO
ZUPPA DEI CECI E SPINACI;
KICHERERBSENSUPPE
FRANKFURTER TOPF
LAUCH-
KARTOFFELCREMESUPPE MIT
KERBEL
KAROTTEN-ORANGENSUPPE
PERUANISCHE MAISSUPPE
FEINE SUPPE
LINSENEINTOPF MIT
CABANOSSI
WIRSINGSUPPE MIT CURRY
BROCCOLI-REIS-EINTOPF
TAUSENDFLOCKENSUPPE

SENEGALESISCHE SUPPE
SCHNELLE SPINATSUPPE
BIERSUPPE
KNOBLAUCHSUPPE
BLUMENKOHLSUPPE MIT ZUCCHINISTREIFEN
POTAGE SAINT CLOUD
TOMATENSUPPE MIT QUARKNOCKEN
SCHWAEBISCHE ZWIEBELSUPPE
RUCOLA-SUPPE
VITAMINSUPPE
KARTOFFELSUPPE AUS DEM VERZASCATAL
EXOTISCHE BANANENSUPPE
BREZELSUPPE
WEISSBIERSUPPE
KUERBISSUPPE
PORREESUPPE
GURKENSUPPE MIT DILL
FISCHSUPPE MIT ANANAS
SAUERAMPFER-CREMESUPPE
TOPINAMBURSUPPE (ERDAEPFEL) MIT STREIFEN VON GERAEUCH ...
BROTSUPPE (GROSSMUTTER)
GRUMBIERESUPPE MIT KRACHERLE
LAUWARME LAUCH-PAPRIKASUPPE
FEURIGE KARTOFFELSUPPE
BROCCOLISUPPE MIT ZUCCHINI-BOHNEN-TOMATENSALAT
KAESESUPPE (GROSSMUTTER)
SALZSCHLIRFER KARTOFFELSUPPE
GURKENSUPPE MIT MATJES
PILZRAHMSUPPE
BROTSUPPE MIT BRAUNBIER
SAUERKRAUT-MEERRETTICHSUPPE MIT BLUTWURSTSCHEIBEN
KARTOFFEL-KRAEUTERSUPPE
ROSENKOHLRAHMSUPPE I
GERSTENSUPPE MIT WURZELGEMUESE
GLASNUDELSUPPE MIT GARNELEN & SCHINKEN
HERBSTLICHER GEMUESEEINTOPF
KARTOFFELEINTOPF
ERBSENCREMESUPPE
BROCCOLISUPPE MIT SCHINKEN
EINTOPF NACH ART DER KANAREN
BUNTER GEMUESETOPF MIT FLEISCHKLOESSEN
GEMUESE-EINTOPF
WEISSE BOHNENSUPPE MIT LAMMFLEISCH
FRANKFURTER LINSESUPP
SAUERKRAUTEINTOPF
DICKE REISSUPPE MIT WIRSING
HUEHNERSUPPE
CHINAKOHLEINTOPF I
SCHARFER BOHNENEINTOPF
GRAUPENEINTOPF MIT OCHSENBRUST
KARTOFFELSUPPE MIT PARMESAN
HEISSE TOMATENSUPPE MIT WEISSEN BOHNEN
PIKANTE KALTSCHALE VON HONIGMELONE, ORANGE UND FENCHEL
GEMUESESUPPE MIT ASIATISCHEN GEWUERZEN
BRENNESSELSUPPE
ERBSENSUPPE MIT HUMMERMEDALLIONS
BUNTE GULASCHSUPPE
MEERRETTICHSUPPE MIT TAFELSPITZ
GRATINEE A L'OIGNON (FRANZOESISCHE

EIDERSTEDTER WIENSUPP
PILZSUPPE MIT LAUCH UND SCHINKEN
KASTANIENSUPPE NACH HILDEGARD VON BINGEN
WEINSUPPE
UNGARISCHE GULASCHSUPPE
LINSENSUPPE MIT WACHTELSAUCE
GERSTENSUPPE MIT GERAEUCHERTER ENTENBRUST
FISCHSUPPE
BUTTERMILCHSUPPE MIT GRIESSKLOESSEN
APPENZELLER HAFERFLOCKENSUPPE
GRUMBEERESUPPE
ZUCCHINISUPPE MIT KRESSE
ZUCCHINI-CREME-SUPPE
KERBELSUPPE MIT RAHM
STECKRUEBEN-SUPPE
LINSENSUPPE MIT POEKELZUNGE

Gefluegel

HAEHNCHENSUPPE MIT INGWER

Gefuellt

TERLANER WEINSUPPE MIT SCHLUTZKRAPFERL

Gemuese

GURKENSUPPE MIT LILIENBLUETEN
LE RATA AU LARD DE FERNANDE ("SPECKFRASS" A LA FERNANDE)
WURST-GULASCH "CARAMBA"
MINESTRONE
RINDFLEISCHTIP MIT GRUENEN BOHNEN
EINTOPF PALERMO
FRANKFURTER TOPF
FEINE SUPPE
GERSTENSUPPE MIT WURZELGEMUESE
ZWIEBELSUPPE)
GAZPACHO-SALMOREJO
KARTOFFELSUPPE (MIT KOHLRABI UND KRABBENFLEISCH)
GAISBURGER MARSCH (MDR)
SAUERKRAUTSUPPE MIT KORIANDER
SCHWARZWURZELSUPPE
TERLANER WEINSUPPE MIT SCHLUTZKRAPFERL
SAUERAMPFERSUPPE (GROSSMUTTER)
PETERSILIEN-GRIESSUPPE
GLASNUDELSUPPE
KARTOFFELSUPPE MIT ZITRONENMELISSE (BUEROMAHLZEIT)
CURRY-HUEHNERSUPPE
JUEDISCHE HUEHNERSUPPE
RIEBELESUPPE
LEGIERTE ZITRONENSUPPE
RIWWELSUPP
SCHIBBELCHES BOHNESUPP
STECKRUEBEN-EINTOPF
HAEHNCHENSUPPE MIT INGWER
SENEGALESISCHE SUPPE
EIER-TOPF
FRUEHLINGSSUPPE
FRANKFURTER FRUEHLINGSSUPPE
KOHLRABICREMESUPPE
SCHNELLE SPINATSUPPE
BIERSUPPE
KNOBLAUCHSUPPE
MAIS-SUPPE "NSCHO-TSCHI"
SCHOTTENSUPPE
KAROTTENSUPPE
BROCCOLICREMESUPPE
SCHINKENKLOESSE MIT EINTOPF
BLUMENKOHLSUPPE MIT ZUCCHINISTREIFEN
POTAGE SAINT CLOUD

HERBSTLICHER
GEMUESEEINTOPF
KARTOFFELEINTOPF
GEMUESE-EINTOPF
SCHARFER BOHNENEINTOPF
GEMUESESUPPE MIT
ASIATISCHEN GEWUERZEN
MEERRETTICHSUPPE MIT
TAFELSPITZ
GLASNUDELSUPPE
FRUEHLINGSSUPPE
SCHINKENKLOESSE MIT
EINTOPF
HEMMELSDORFER AALSUPPE
GERSTENSUPPE MIT
GERAEUCHERTER
ENTENBRUST
RIBOLLITA - ITALIENISCHE
KOHLSUPPE

Gerste

GERSTENSUPPE MIT
WURZELGEMUESE
BUENDNER BOHNEN- UND
GERSTENSUPPE

Graupe

GRAUPENEINTOPF MIT
OCHSENBRUST
GERSTENSUPPE MIT
GERAEUCHERTER
ENTENBRUST

Greunkern

GRUENKERNSUPPE
(GROSSMUTTER)

Griess

PETERSILIEN-GRIESSUPPE
BUTTERMILCHSUPPE MIT
GRIESSKLOESSEN

Gulasch

BUNTE GULASCHSUPPE
GULASCHSUPPE MIT
GRATINIERTEM LAUCH
UNGARISCHE GULASCHSUPPE

Gurke

GURKENSUPPE MIT DILL
GURKENSUPPE MIT MATJES

Haehnchen

TOMATENSUPPE MIT
QUARKNOCKEN
SCHWAEBISCHE
ZWIEBELSUPPE
RUCOLA-SUPPE
VITAMINSUPPE
ALTDEUTSCHER
KARTOFFELTOPF
KARTOFFELSUPP
KARTOFFELSUPPE AUS DEM
VERZASCATAL
KARTOFFELSUPPE MIT
FRISCHEM SPINAT
KERBELSUPPE MIT
HAEHNCHENBRUSTWUERFELN
IN KRAEUTERPANADE
BUNTES BOHNENALLERLEI
EXOTISCHE BANANENSUPPE
BREZELSUPPE
WEISSBIERSUPPE
KUERBISSUPPE
PORREESUPPE
GURKENSUPPE MIT DILL
FISCHSUPPE MIT ANANAS
WEINSUPPE MIT
BACKPFLAUMEN
SAUERAMPFER-CREMESUPPE
BUENDNER BOHNEN- UND
GERSTENSUPPE
TOPINAMBURSUPPE
(ERDAEPFEL) MIT STREIFEN
VON GERAEUCH ...
BROTSUPPE (GROSSMUTTER)
GRUMBIERESUPPE MIT
KRACHERLE
KALTE APFELSUPPE MIT EIS
LAUWARME LAUCH-
PAPRIKASUPPE
FEURIGE KARTOFFELSUPPE
BROCCOLISUPPE MIT
ZUCCHINI-BOHNEN-
TOMATENSALAT
SAUERKRAUTSUPPE
WIRSING-KAESE-EINTOPF
KAESESUPPE

HUEHNERSUPPE
CURRY-HUEHNERSUPPE
JUEDISCHE HUEHNERSUPPE
FRUEHLINGSSUPPE
KERBELSUPPE MIT HAEHNCHENBRUSTWUERFELN IN KRAEUTERPANADE

Hase

EINTOPF VON GRUENEM UND WEISSEM SPARGEL MIT KANINCHEN

Huhn

GEFLUEGELCREMESUPPE MIT SHERRY
GLASNUDELSUPPE MIT GARNELEN & SCHINKEN
SENEGALESISCHE SUPPE

Hummer

ERBSENSUPPE MIT HUMMERMEDALLIONS

Indien

SCHARFE LINSENSUPPE (AUS INDIEN)

Ingwer

KAROTTEN-ORANGENSUPPE

Italien

MINESTRONE

Kaese

ZWIEBELSUPPE A LA ROQUEFORT
GEEISTE KAESESUPPE MIT KRAEUTERCROUTONS
BROTSUPPE MIT KAESE
ROQUEFORT-SUPPE
PORREESUPPE MIT KAESEKLOESSCHEN
ZWIEBELSUPPE
KARTOFFELSUPPE AUS DEM VERZASCATAL
WIRSING-KAESE-EINTOPF
KAESESUPPE (GROSSMUTTER)
WIRSINGRAHMSUPPE MIT ROQUEFORT
APPENZELLER HAFERFLOCKENSUPPE
(GROSSMUTTER)
SALZSCHLIRFER
KARTOFFELSUPPE
GURKENSUPPE MIT MATJES
GULASCHSUPPE MIT GRATINIERTEM LAUCH
PILZRAHMSUPPE
BROTSUPPE MIT BRAUNBIER
SAUERKRAUT-MEERRETTICHSUPPE MIT BLUTWURSTSCHEIBEN
EIDERSTEDTER WIENSUPP
HEMMELSDORFER AALSUPPE
PILZSUPPE MIT LAUCH UND SCHINKEN
KASTANIENSUPPE NACH HILDEGARD VON BINGEN
WEINSUPPE
UNGARISCHE GULASCHSUPPE
KNIEPERSUPPE
LAMM-EINTOPF
BIBBELSCHES BOHNENSUPP'
KRABBENSUPPE
BIRNEN-SELLERIE-CREMESUPPE
KAROTTEN-SELLERIECREMESUPPE
WIRSINGRAHMSUPPE MIT ROQUEFORT
LINSENSUPPE MIT WACHTELSAUCE
ENTENKRAFTBRUEHE
GERSTENSUPPE MIT GERAEUCHERTER ENTENBRUST
FISCHSUPPE
FEINE ERBSENSUPPE
BUTTERMILCHSUPPE MIT GRIESSKLOESSEN
ROSENKOHLSUPPE "OSTHOLSTEINER ART"
APPENZELLER HAFERFLOCKENSUPPE
EINTOPF AUS GETROCKNETEN GRUENEN BOHNENKERNEN

Kalt

- GEEISTE KAESESUPPE MIT KRAEUTERCROUTONS
- KIRSCHSUPPE MIT GRIESSKLOESSCHEN
- GEEISTE TOMATENSUPPE
- TOMATENSUPPE MIT WEISSEN BOHNEN
- PIKANTE KALTSCHALE VON HONIGMELONE, ORANGE UND FENCHEL
- ERDBEER-RHABARBERSUPPE MIT CHAMPAGNER
- GAZPACHO-SALMOREJO
- ERDBEER-RHABARBER-SUPPE MIT PROSECCO
- KALTE APFELSUPPE MIT EIS

Kaltschale

- KIRSCH-STACHELBEER-KALTSCHALE

Karotte

- SOMMERLICHER KARTOFFELTOPF
- ROQUEFORT-SUPPE
- KAROTTEN-ORANGENSUPPE
- KAROTTENSUPPE
- KAROTTEN-SELLERIECREMESUPPE

Kartoffel

- KLARE ERDAEPFELSUPPE
- SOMMERLICHER KARTOFFELTOPF
- SOUPE AU PISTOU
- SAURE RAEDLE
- ADENDORFER MILCH-BOHNENSUPPE MIT PFLAUMENKNOEDELN
- GRUENER BOHNENEINTOPF
- LINSENEINTOPF
- LAUCH-KARTOFFELCREMESUPPE MIT KERBEL
- KARTOFFEL-KRAEUTERSUPPE
- KARTOFFELEINTOPF
- CHINAKOHLEINTOPF I
- RIBOLLITA - ITALIENISCHE KOHLSUPPE
- GRUMBEERESUPPE
- ZUCCHINISUPPE MIT KRESSE
- DINKEL-EINTOPF
- ZUCCHINI-CREME-SUPPE
- SUPPE MIT GARNELEN UND KOKOSMILCH
- KERBELSUPPE MIT RAHM
- STECKRUEBEN-SUPPE
- KNOBLAUCHSUEPPCHEN MIT RIESENGARNELEN
- LINSENSUPPE MIT POEKELZUNGE
- SCHARFE LINSENSUPPE (AUS INDIEN)
- IRISH STEW (NORDTEXT)

Tafelspitz

- FRISCHE SUPPE UND TAFELSPITZ MIT ZWEIERLEI KLOESSCHEN

Teigware

- GAISBURGER MARSCH (MDR)
- TERLANER WEINSUPPE MIT SCHLUTZKRAPFERL

Thailand

- SUPPE MIT GARNELEN UND KOKOSMILCH

Tomate

- SOUPE AU PISTOU
- GEEISTE TOMATENSUPPE
- TOMATENSUPPE MIT WEISSEN BOHNEN
- TOMATENSUPPE MIT LAMMFLEISCH
- HEISSE TOMATENSUPPE MIT WEISSEN BOHNEN
- TOMATENSUPPE MIT QUARKNOCKEN

Topinambur

- TOPINAMBURSUPPE (ERDAEPFEL) MIT STREIFEN VON GERAEUCH ...

Tortellini

- KLARE BRUEHE MIT TORTELLINI

KARTOFFELSUPPE MIT PARMESAN
KARTOFFELSUPPE (MIT KOHLRABI UND KRABBENFLEISCH)
GAISBURGER MARSCH (MDR)
KARTOFFELSUPPE MIT ZITRONENMELISSE (BUEROMAHLZEIT)
KAROTTENSUPPE
ALTDEUTSCHER KARTOFFELTOPF
KARTOFFELSUPP
KARTOFFELSUPPE AUS DEM VERZASCATAL
KARTOFFELSUPPE MIT FRISCHEM SPINAT
GRUENE SUPPE NACH ART DES MINHO
BROTSUPPE (GROSSMUTTER)
GRUMBIERESUPPE MIT KRACHERLE
FEURIGE KARTOFFELSUPPE
SALZSCHLIRFER KARTOFFELSUPPE
BIBBELSCHES BOHNENSUPP'
GRUMBEERESUPPE

Kasseler

HERBSTLICHER GEMUESEEINTOPF
SAUERKRAUTEINTOPF

Kastanie

KASTANIENSUPPE NACH HILDEGARD VON BINGEN

Kerbel

KERBELSUPPE MIT RAHM

Kichererbse

KICHERERBSENSUPPE
ZUPPA DEI CECI E SPINACI; KICHERERBSENSUPPE
EINTOPF NACH ART DER KANAREN

Kirsche

KIRSCHSUPPE MIT GRIESSKLOESSCHEN

Klar

Vietnam

REISNUDELSUPPE MIT KREBSKLOESSCHEN

Wachtel

LINSENSUPPE MIT WACHTELSAUCE

Wein

TERLANER WEINSUPPE MIT SCHLUTZKRAPFERL
EIDERSTEDTER WIENSUPP
WEINSUPPE

Wildschwein

TOPINAMBURSUPPE (ERDAEPFEL) MIT STREIFEN VON GERAEUCH ...

Wirsing

WIRSINGTOPF
WIRSINGSUPPE MIT CURRY
DICKE REISSUPPE MIT WIRSING
WIRSING-KAESE-EINTOPF
WIRSINGRAHMSUPPE MIT ROQUEFORT

Wurst

SAURE RAEDLE
WURST-GULASCH "CARAMBA"
KUERBIS-EINTOPF
FRANKFURTER TOPF
KARTOFFELEINTOPF
SAUERKRAUTEINTOPF
KARTOFFELSUPP

Zitrone

WUERZIGE ZITRONENSUPPE (GRIECHENLAND)
LEGIERTE ZITRONENSUPPE

Zucchini

LEGIERTE ZUCCHINISUPPE
ZUCCHINISUPPE MIT KRESSE
ZUCCHINI-CREME-SUPPE

Zunge

LINSENSUPPE MIT POEKELZUNGE

Zwiebel

ZWIEBELSUPPE A LA ROQUEFORT
ZWIEBELSUPPE

KLARE ERDAEPFELSUPPE
KLARE BRUEHE MIT TORTELLINI
GRIESSNOCKERLSUPPE
GERSTENSUPPE MIT WURZELGEMUESE
GLASNUDELSUPPE MIT GARNELEN & SCHINKEN
BROCCOLISUPPE MIT SCHINKEN
HUEHNERSUPPE
GEMUESESUPPE MIT ASIATISCHEN GEWUERZEN
GLASNUDELSUPPE
WEINSUPPE MIT BACKPFLAUMEN
ENTENKRAFTBRUEHE
SUPPE MIT GARNELEN UND KOKOSMILCH
KNOBLAUCHSUEPPCHEN MIT RIESENGARNELEN
GRATINEE A L'OIGNON (FRANZOESISCHE ZWIEBELSUPPE)
SCHWAEBISCHE ZWIEBELSUPPE

HEMMELSDORFER AALSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 kg Gruener Aal; kuechenfertig*
- *1 Raeucheraal*

DER SUD

- *1 kg Gemischte Suesswasserfische*
- *kleine Ploetzen, Barsche, Brassen - evtl.Zander*
- *4 Lorbeerblaetter*
- *1 TL Pfefferkoerner*
- *1 Gemuesezwiebel; mit*
- *4 Nelken gespickt*
- *Abschnitte vom Raeucheraal*
- *z.B. Kopf und Schwanzende*
- *500 g Geputztes Gemuese; in Wuerfel geschnitten; z.B.*
- *Moehren, Sellerie, Petersilienwurzel*
- *1 Stange Lauch; davon den hellen Teil; in feine*
- *Scheiben geschnitten*
- *1 Becher Getr. Apfelringe*
- *1 Becher Backpflaumen*
- *1/4 l Weisswein, trocken*
- *2 EL Zucker*
- *Salz*

Der Fischsud:

Geputzte, gesaeuberte Suesswasserfische in grobe Stuecke zerteilen. In 4 Liter kaltem Wasser mit Lorbeerblatt, Pfefferkoernern, Raeucheraalabschnitten und der mit Nelken gespickten Zwiebel zirka 1 Stunde koecheln lassen. Danach durch ein Haarsieb in einen zweiten Topf giessen.

Das Suppengemuese in dem Sud zirka 20 Minuten koecheln lassen.

Das Backobst, das zuvor 1 Stunde in lauwarmem Wasser mit einem Schuss Weisswein eingeweicht war, abgiessen - in einem 1/4 Liter Weisswein mit 2 Essloeffel Zucker und einem Stueck unbehandelter Zitronenschale ca. 15 Minuten koecheln lassen.

Der Sud fuer die Aale:

Zirka 2 1/2 Liter Wasser, 1/8 Liter Weisswein mit Lorbeerblaettern und Pfefferkoernern zum Sieden bringen. Die Aalstuecke hineingeben und ca. 20 Minuten ziehen lassen - keinesfalls kochen.

Das Backobst mit der Kochfluessigkeit zu dem koechelnden Gemuese in den Topf geben.

Die Aalstuecke aus dem Sud nehmen und auf einem Teller fuer kurze Zeit beiseite stellen. Aalsud durch ein Haarsieb zu der Obst- und Gemuesemischung giessen, die Aalstuecke hineingeben. Mit Essig, Zucker und etwas Salz pikant abschmecken.

Direkt vor dem Servieren Stuecke vom Raeucheraal zufuegen.

Stichworte	Aal, Eintopf, Gemuese, Suppe

Suppe, Eintopf, Gemuese, Aal

HEMMELSDORFER AALSUPPE

FISCHSUPPE MIT ANANAS

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1/2 Frische Ananas*
- *450 g Bambussprossen aus der Dose*
- *350 g Fischfilets; Zackenbarsch oder Goldbrasse*
- *1/2 EL Tamarindenmark*
- *2 EL Oel*
- *1 TL Zucker*
- *1/2 TL Salz*
- *1 Schuss Ingwerpulver*
- *1 Schuss Weisser Pfeffer*
- *1/2 EL NUOC-MAM-Sauce*
- *1/2 Limette; den Saft*
- *1/2 EL Pfefferminzblaetter; frisch*
- *Gehackt*

FUER DIE NUOC-MAM-SAUC

- *4 Getrocknete Chilischoten*
- *2 Knoblauchzehen*
- *1 Zitrone*
- *1 TL Zucker*
- *1 EL Weinessig*
- *1 EL Shrimp-Paste*
- *1 EL Austernsauce.*

Die Ananas schaelen, vom holzigen Strunk in der Mitte befreien und in Stuecke schneiden. Die Bambussprossen abtropfen lassen und in Scheiben schneiden. Das Fischfilet waschen, trockentupfen und wuerfeln. Das Tamarindenmark mit 1/2 Tasse Wasser bis auf die Haelfte der Fluessigkeit einkochen lassen und durch ein Sieb streichen.

Das Oel in einem Wok oder in einer grossen Pfanne erhitzen und die Bambussprossen mit den Ananasstuecken kurz darin anbraten. Den Zucker darueberstreuen, die Tamarinden- bruehe aufgiessen und umruehren. 3/4 l Wasser mit dem Salz zum Kochen bringen, die Fischfiletwuerfel einlegen und mit dem Ingwerpulver, dem Pfeffer, der NUOC-MAM-Sauce und dem Limettensaft wuerzen. Die Bambussprossen- Ananas-Mischung zufuegen und die Suppe bei milder Hitze noch 2 bis 3 Minuten kochen lassen.

Mit der Minze bestreuen. Alles miteinander vermengen.

Stichworte	Ananas, Fisch, Gebunden, Suppe

Suppe, Gebunden, Fisch, Ananas

FISCHSUPPE MIT ANANAS

ALTDEUTSCHER KARTOFFELTOPF

Für 4 Portionen

Zutaten

- *500 g Rindfleisch, zum Schmoren*
- *40 g Butterschmalz*
- *1200 ml Fleischbruehe*
- *1/4 l Trockener Weisswein*
- *2 Stangen Lauch*
- *500 g Mehligkochende Kartoffeln*
- *4 Moehren*
- *1/2 Sellerieknolle; n. Geschmack*
- *1 Petersilienwurzel; n. Geschm.*
- *4 Vollreife Tomaten*
- *Salz und Pfeffer*
- *1/2 TL Basilikum*
- *1/2 TL Thymian*
- *1/2 TL Majoran*
- *1 EL Schnittlauchroellchen*

Rindfleisch in mundgerechte Wuerfel schneiden und im Butterschmalz anbraten. Mit je einem 1/8 l Fleischbruehe und Weisswein abloeschen und zugedeckt bei geringer Hitze 45 Min. Schmoren.

Kartoffeln schaelen und wuerfeln, Lauch in Ringe schneiden, dabei auch das Gruen verwenden. Moehren in Scheiben, Sellerie in Wuerfel schneiden und Petersilienwurzel fein hacken. Tomaten haeuten und achteln. Alles zum Fleisch geben und die restliche Fluessigkeit angiessen. Mit Salz, Pfeffer und Kraeutern wuerzen und zugedeckt 25 Min. garen.

Vor dem Servieren mit Schnittlauchroellchen bestreuen.

Stichworte	Eintopf, Kartoffel, Rindfleisch, Suppe

Suppe, Eintopf, Rindfleisch, Kartoffel

ALTDEUTSCHER KARTOFFELTOPF

Rubrikübersicht

Eintopf, Kartoffel, Mangold, Portugal

Fleisch, Rind, Tafelspitz

Suessspeise, Kalt, Erdbeere, Rhabarber

Suessspeise, Kalt, Rhabarber, Erdbeere

Suppe

Suppe, Birne

Suppe, Creme

Suppe, Creme, Brennessel, Kokos

Suppe, Creme, Broccoli

Suppe, Creme, Erbse

Suppe, Creme, Fenchel

Suppe, Creme, Haehnchen

Suppe, Creme, Haehnchen, Apfel

Suppe, Creme, Karotte, Kaese

Suppe, Creme, Karotte, Sellerie

Suppe, Creme, Kartoffel, Spinat

Suppe, Creme, Kohlrabi

Suppe, Creme, Krabbe, Fenchel

Suppe, Creme, Krebs

Suppe, Creme, Kuerbis

Suppe, Creme, Lauch, Kartoffel

Suppe, Creme, Mais, Peru

Suppe, Creme, Orange, Karotte, Ingwer

Suppe, Creme, Rosenkohl

Suppe, Creme, Sauerampfer

Suppe, Creme, Schwarzwurz

Suppe, Creme, Sellerie, Birne

Suppe, Creme, Sellerie, Erbse

Suppe, Creme, Spinat

Suppe, Creme, Wirsing, Kaese

Suppe, Creme, Zwiebel, Kaese

Suppe, Eintopf

Suppe, Eintopf, Bohne

Suppe, Eintopf, Bohne, Gemuese

Suppe, Eintopf, Bohne, Gerste, Schweiz

Suppe, Eintopf, Bohne, Kartoffel

Suppe, Eintopf, Bohne, Lamm

Suppe, Eintopf, Bohne, Pfalz

Suppe, Eintopf, Bohne, Rindfleisch, Kartoffel

Suppe, Eintopf, Broccoli, Reis

Suppe, Eintopf, Chinakohl, Kartoffel, Schinken

Suppe, Eintopf, Dinkel

Suppe, Eintopf, Ei

Suppe, Eintopf, Fisch

Suppe, Eintopf, Fleisch

Suppe, Eintopf, Fleisch, Rind, Gemuese

Suppe, Eintopf, Forelle

Suppe, Eintopf, Gemuese

Suppe, Eintopf, Gemuese, Aal

Suppe, Eintopf, Gemuese, Italien

Suppe, Eintopf, Gemuese, Schinken

Suppe, Eintopf, Gemuese, Wurst

Suppe, Eintopf, Gulasch

Suppe, Eintopf, Gulasch, Lauch

Suppe, Eintopf, Haehnchen, Gemuese

Suppe, Eintopf, Karotte, Kartoffel

Suppe, Eintopf, Kartoffel

Suppe, Eintopf, Kartoffel, Bohne, Tomate

Suppe, Eintopf, Kartoffel, Brot, Wurst

Suppe, Eintopf, Kartoffel, Gemuese, Wurst

Suppe, Eintopf, Kartoffel, Karotte

Suppe, Eintopf, Kartoffel, Wurst

Suppe, Eintopf, Kasseler, Gemuese

Suppe, Eintopf, Kichererbse, Kuerbis

Suppe, Eintopf, Kuerbis, Wurst

Suppe, Eintopf, Lamm

Suppe, Eintopf, Linse

Suppe, Eintopf, Linse, Cabanossi

Suppe, Eintopf, Linse, Kartoffel

Suppe, Eintopf, Mangold

Suppe, Eintopf, Reis, Wirsing

Suppe, Eintopf, Rind, Graupe

Suppe, Eintopf, Rindfleisch, Gemuese

Suppe, Eintopf, Rindfleisch, Kartoffel

Suppe, Eintopf, Sauerkraut

Suppe, Eintopf, Sauerkraut, Wurst, Kasseler

Suppe, Eintopf, Schwein, Kohl

Suppe, Eintopf, Spargel, Hase

Suppe, Eintopf, Speck, Gemuese

Suppe, Eintopf, Steckruebe, Mittelalter

Suppe, Eintopf, Teigware, Kartoffel, Fleisch

Suppe, Eintopf, Wirsing

Suppe, Eintopf, Wirsing, Kaese

Suppe, Eintopf, Zwiebel, Kaese

Suppe, Fisch

Suppe, Fisch, Vietnam

Suppe, Gebunden

Suppe, Gebunden, Apfel, Huhn

Suppe, Gebunden, Banane

Suppe, Gebunden, Bier

Suppe, Gebunden, Bier, Oesterreich

Suppe, Gebunden, Blumenkohl

Suppe, Gebunden, Brennessel

Suppe, Gebunden, Brezel

Suppe, Gebunden, Broccoli

Suppe, Gebunden, Brot, Bier

Suppe, Gebunden, Brot, Kaese

Suppe, Gebunden, Brot, Kartoffel

Suppe, Gebunden, Buttermilch, Griess

Suppe, Gebunden, Ei, Mehl

Suppe, Gebunden, Erbse

Suppe, Gebunden, Erbse, Hummer

Suppe, Gebunden, Fisch

Suppe, Gebunden, Fisch, Ananas

Suppe, Gebunden, Gefluegel

Suppe, Gebunden, Gemuese

Suppe, Gebunden, Graupe, Gemuese, Ente

Suppe, Gebunden, Greunkern

Suppe, Gebunden, Gulasch

Suppe, Gebunden, Gurke

Suppe, Gebunden, Gurke, Diabetiker

Suppe, Gebunden, Haehnchen

Suppe, Gebunden, Huhn, Sherry

Suppe, Gebunden, Kaese

Suppe, Gebunden, Kaese, Appenzell

Suppe, Gebunden, Kartoffel

Suppe, Gebunden, Kartoffel, Kaese

Suppe, Gebunden, Kartoffel, Kohlrabi, Krabbe

Suppe, Gebunden, Kastanie

Suppe, Gebunden, Kerbel

Suppe, Gebunden, Knoblauch, Oesterreich

Suppe, Gebunden, Kuerbis

Suppe, Gebunden, Lauch, Champignon

Suppe, Gebunden, Lauch, Kaese

Suppe, Gebunden, Lauch, Paprika

Suppe, Gebunden, Linse

Suppe, Gebunden, Linse, Wachtel

Suppe, Gebunden, Linse, Zunge

Suppe, Gebunden, Milch, Kartoffel, Bohne

Suppe, Gebunden, Petersilie, Griess

Suppe, Gebunden, Pfalz

Suppe, Gebunden, Pilz, Lauch

Suppe, Gebunden, Pilz, Rahm

Suppe, Gebunden, Rind, Gemuese

Suppe, Gebunden, Rucola

Suppe, Gebunden, Sauerampfer

Suppe, Gebunden, Sauerkraut

Suppe, Gebunden, Spinat

Suppe, Gebunden, Steckruebe

Suppe, Gebunden, Tomate

Suppe, Gebunden, Tomate, Bohne

Suppe, Gebunden, Topinambur, Wildschwein

Suppe, Gebunden, Wein

Suppe, Gebunden, Wein, Teigware, Gefuellt

Suppe, Gebunden, Zitrone

Suppe, Gebunden, Zitrone, Sellerie

Suppe, Gebunden, Zucchini

Suppe, Gebunden, Zucchini, Kresse

Suppe, Gebunden, Zwiebel

Suppe, Gebunden, Zwiebel, Maultasche

Suppe, Kalt, Apfel

Suppe, Kalt, Kaese

Suppe, Kalt, Melone

Suppe, Kalt, Portugal

Suppe, Kalt, Suess, Kirsche

Suppe, Kalt, Tomate

Suppe, Kalt, Tomate, Bohne

Suppe, Kaltschale

Suppe, Kichererbse

Suppe, Kichererbse, Spinat, Pilze

Suppe, Klar, Broccoli

Suppe, Klar, Ente

Suppe, Klar, Garnele

Suppe, Klar, Garnele, Schinken, Huhn

Suppe, Klar, Garnele, Thailand

Suppe, Klar, Gemuese

Suppe, Klar, Gemuese, Pilz

Suppe, Klar, Gerste, Gemuese

Suppe, Klar, Haehnchen

Suppe, Klar, Kartoffel

Suppe, Klar, Nockerl

Suppe, Klar, Pflaume

Suppe, Klar, Tortellini

Suppe, Linse, Indien

Suppe, Suess

Suppe, Tomate, Lamm

Eintopf, Kartoffel, Mangold, Portugal

GRUENE SUPPE NACH ART DES MINHO

GRUENE SUPPE NACH ART DES MINHO

Für 4 Portionen

Zutaten

- *4 EL Oel*
- *2 klein. Zwiebeln*
- *1 Knoblauchzehe*
- *Salz*
- *600 g Kartoffeln*
- *400 g Portugiesischer Kohl oder Blumenkohlblaetter*
- *Mangold oder Gruenkohl*
- *Pfeffer*
- *200 g Chourico de carne o. geraeucherte mit*
- *Paprika und Knoblauch gewuerzte*
- *Schweinefleischwurst*

Zwei Essl. Oel in einem grossen Topf erhitzen, fein geschnittene Zwiebel und kleingehackten Knoblauch mit etwas Salz mischen und glasig anroesten.

Geschaelte Kartoffeln in duenne Scheiben schneiden, dazugeben, kurz anbraten und mit soviel Wasser angiessen, dass alles gut bedeckt ist. Kartoffeln bei mittlerer Hitze garen.

Topf vom Herd nehmen, Kartoffeln durch ein Passiersieb streichen (Nicht im Mixer puerieren, sonst werden die Kartoffeln glasig.)

Kohl- oder Gemueseblaetter in feine Streifen schneiden und in die Suppe geben, mit Salz und Pfeffer wuerzen. Die Suppe bei starker Hitze kochen, bis die Kohlstreifen gar sind.

Wurst in Scheiben schneiden und zugeben. 2 EL Oel in die Suppe mischen.

Als Beilage Maisbrot servieren.

Stichworte	Eintopf, Kartoffel, Mangold, Portugal

Fleisch, Rind, Tafelspitz

FRISCHE SUPPE UND TAFELSPITZ MIT ZWEIERLEI KLOESSCHEN

FRISCHE SUPPE UND TAFELSPITZ MIT ZWEIERLEI KLOESSCHEN

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1500 g Tafelspitz*
- *3 mittl. Karotten*
- *1 klein. Sellerie*
- *3 Zwiebeln*
- *2 Stangen Porree*

FUER DIE SAUCE

- *1 Stange Meerrettich; oder*
- *50 g Gerieb. Meerrettich*
- *1/4 l Sahne*
- *1 EL Butter*
- *Speisestaerke*

FUER DIE KLOESSCHEN

- *150 g Rinderhack*
- *1 Ei*
- *20 g Paniermehl*
- *Salz und Pfeffer*

FUER DIE GRIESSKLOESSCHEN

- *1/4 l Wasser*
- *1 EL Butter*
- *100 g Weizengriess*
- *2 Eier*

ZUBEREITUNG: Suppe

Tafelspitz mit ca. 4 l Wasser bedecken und auf kleiner Flamme 3,5 bis 4 Std. kochen. Eine Stunde vor Ende der Garzeit 1 Karotte, 1 Stange Porree und je nach Geschmack eine halbe Sellerie dazugeben. Die Zwiebeln halbieren und in der Pfanne roesten, bis sie schwarz sind. Ebenfalls zur Suppe geben. Das Fleisch aus der Suppe nehmen und beiseite stellen. Die Suppe durch ein grosses Leinentuch seihen. Zirka 2 Liter der Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die restlichen Karotten mit dem restlichen Sellerie wuerfeln, hinzugeben, aufkochen (ggf. die zweite Stange Porree mitziehen) und ca. 10 Minuten ziehen lassen.

ZUBEREITUNG: Fleischkloesse

Hackfleisch mit Ei und Paniermehl vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kloesschen formen und in heissem Wasser garziehen lassen.

ZUBEREITUNG: Griesskloesse

Wasser mit Butter und Salz zum Kochen bringen: Den Griess hinzustreuen, so lange ruehren, bis sich die Masse vom Topfboden loest. Den Topf vom Herd nehmen, 1 Ei in die heisse Bruehe ruehren und abkuehlen lassen. Dann das zweite Ei unterruehren. Mit nassen Haenden die Kloesse abdrehen und im Salzwasser garziehen lassen.

Die Fleisch- und Griesskloesschen in eine vorgewaermte Terrine geben und mit der Suppe auffuellen, mit gehackter Petersilie bestreuen und servieren. Dazu den Rosinenreis reichen.

ZUBEREITUNG: Sosse

0,5 l Bruehe mit der Sahne zusammen aufkochen, mit ausgeruehrter Speisestaerke binden. Die Sosse mit dem geschabten (oder geriebenem) Meerrettich, Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Tafelspitz in Scheiben schneiden und in der restlichen Bruehe erwaermen. Dazu koennen Salzkartoffeln gereicht werden.

Stichworte	Fleisch, Rind, Tafelspitz

Suessspeise, Kalt, Erdbeere, Rhabarber

ERDBEER-RHABARBER-SUPPE MIT PROSECCO

ERDBEER-RHABARBER-SUPPE MIT PROSECCO

Für 4 Portionen

Zutaten

- *3 Stangen Rhabarber*
- *300 g Erdbeeren*
- *2 Orangen*
- *300 ml Trockener Weisswein*
- *1 Vanilleschote*
- *1 Stueck Zimtstange (2 cm)*
- *1 EL Zucker*
- *300 ml Prosecco; eisgekuehlt*

Den gewaschenen Rhabarber schaelen. Dazu die Stangen von oben schraeg anschneiden, die Enden der Fasern zwischen Daumen und Klinge klemmen und abziehen. Die Stangen in etwa 3 cm grosse Stuecke schneiden.

Die Erdbeeren falls noetig mit kaltem Wasser abbrausen, trockentupfen und die Stengelansaetze entfernen. Die Orangen heiss waschen, von einer Orange 1/4 der Schale duenn abreiben. Die Fruechte auspressen.

Die Rhabarberschalen mit Orangenschalen, Wein, aufgeschlitzter Vanilleschote, Zimt und Zucker bei geringer Hitze 10 Minuten koecheln lassen.

Den Sud durch ein Sieb passieren. Die Rhabarberstuecke darin bei sanfter Hitze in etwa 5 Minuten bissfest garen, herausnehmen und kalt stellen. Den Sud mit 2/3 der Erdbeeren und dem Orangensaft fein puerieren und die Suppe zugedeckt im Kuehlschrank durchkuehlen lassen. Die restlichen Erdbeeren in duenne Scheiben schneiden.

Nun den eisgekuehlten Prosecco in die Suppe ruehren und diese in tiefe Teller giessen. Rhabarber und Erdbeeren in die Suppe geben und sofort servieren.

Stichworte	Erdbeere, Kalt, Rhabarber, Suessspeise

Suessspeise, Kalt, Rhabarber, Erdbeere

ERDBEER-RHABARBERSUPPE MIT CHAMPAGNER

ERDBEER-RHABARBERSUPPE MIT CHAMPAGNER

Für 4 Portionen

Zutaten

- *300 g Erdbeeren*
- *3 Stangen Rhabarber*
- *300 ml Trockenen Weisswein*
- *1/2 Vanillestange*
- *klein. Orangen- und Zitronenschale*
- *1/4 Stange Zimt*
- *1 EL Zucker*
- *2 Orangen; den Saft*
- *300 ml Champagner*

Den gewaschenen Rhabarber schaelen und in ca. 3 cm lange Stuecke schneiden. Die Rhabarberschalen mit Weisswein, Vanillestange, Orangenund Zitronenschale, Zimt und Zucker ca. 10 Min. bei geringer Hitze koecheln lassen.

Den Rhabarberfond durch ein Sieb passieren und die Rhabarberstuecke darin vorsichtig ca. 5 Min. koecheln lassen. Den Rhabarber herauslassen. Zum Rhabarberfond nun 2/3 der Erdbeeren geben und mit dem Orangensaft auffuellen. Mit dem Mixstab fein puerieren und kalt stellen. Die restlichen Erdbeeren in Scheiben schneiden. Zu der kalten Suppe nun den Champagner giessen. Die eisgekuehlte Suppe in tiefe Teller verteilen und mit Rhabarberstuecke und Erdbeerscheiben garnieren.

Stichworte	Erdbeere, Kalt, Rhabarber, Suessspeise

Suppe

SCHNETZESOPP

SCHNETZESOPP

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 Becher Trockenobst, gemischt ODER --*
- *Getrocknete Zwetschgen*
- *1/2 Zitrone*
- *1 Ei*
- *2 EL Zucker*
- *1/2 Becher Vanillezucker*
- *1 Schuss Salz*
- *klein. Mehl*

Trockenobst mit Zucker, Zitrone und Salz weichkochen.

Aus Mehl und Ei einen festen Teig ruehren, eine Prise Salz zugeben und den Teig mit einem Messer in die Suppe abstreifen.

Nochmal gut durchkochen, bis die Mehlkluempchen nach oben kommen. Nach Geschmack etwas nachsuessen.

Stichworte	Suppe

Suppe, Birne

BIRNENSUPPE MIT KLOESSEN

BIRNENSUPPE MIT KLOESSEN

Für 4 Portionen

Zutaten

- *500 g Birnen*
- *3 Kartoffeln, gekocht*
- *250 g Mehl*
- *1 Ei*
- *125 ml Milch*
- *2 EL Zucker*
- *Salz*
- *2 EL Butter*

Die Birnen schaelen Stiel, Bluetenansaetze und Kerngehaeuse entfernen. In Stuecke schneiden und in 1 Liter kochendem Wasser garen, aber nicht zu weich kochen. Die Birnen sollten noch etwas Biss haben. In der Zwischenzeit den Teig fuer die Mehlkloesse vorbereiten.

Die Kartoffeln schaelen, waschen und reiben. Kraeftig auswringen und mit dem Mehl vermengen. Das Ei in der Milch verqirlen und unter die Kartoffelmasse ruehren. Teig nun mit Zucker und einer Prise Salz abschmecken, anschliessend mit der Butter geschmeidig ruehren.

Mit zwei Teeloeffeln kleine Kloesse abstechen und in die kochende Birnenbruehe legen. An die Oberflaeche steigen und fuenf Minuten gar ziehen lassen. Nach Geschmack suessen und warm servieren.

Stichworte	Birne, Suppe

Suppe, Creme

RADIESERLBLATT-SUPPE NACH SEFFIS ART

RADIESERLBLATT-SUPPE NACH SEFFIS ART

Für 1 Rezept

Zutaten

- *Radieserl; nach Belieben*
- *klein. Butter*
- *1 klein. Zwiebel; oder*
- *2 Schalotten*
- *1/2 l Fleisch- oder Gemuesebruehe*
- *1 mittl. Kartoffel; gekocht und geschaelt*
- *1 klein. Knoblauchzehe*
- *Salz, weisser Pfeffer*

ZUM SERVIEREN

- *Weissbrotwuerfel*
- *Creme fraiche*

Von den Radieschen die Blaetter abzupfen. Anschliessend die Fruechte und Blaetter gut waschen. Die Fruechte anderweitig verwenden.

In einem Topf etwas Butter zerlassen, die kleine Zwiebel oder die Schalotten fein wuerfeln und lichtgelb anduensten. Die Blaetter zugeben und wie bei der Spinatzubereitung leicht zusammenfallen lassen. Topf von der Kochstelle nehmen. Fleischbruehe in einen Mixer giessen, die Blaetter, gewuerfelte Zwiebel, Kartoffel, Knoblauch sowie Salz und Pfeffer zugeben und alles mixen. Suppe mit Creme fraiche und geroesteten Weissbrotwuerfeln servieren.

Stichworte	Creme, Suppe

Suppe, Creme, Brennessel, Kokos

BRENNESSELSUPPE MIT KOKOSFLOCKEN

BRENNESSELSUPPE MIT KOKOSFLOCKEN

Für 2 Portionen

Zutaten

- *1 klein. Zwiebel geschaelt und gewuerfelt*
- *1/2 Knoblauchzehe; gehackt*
- *10 g Butter*
- *1 klein. Mehligkochende Kartoffel geschaelt und gewuerfelt*
- *50 g Junge Brennesselblaetter*
- *20 g Frische Spinatblaetter*
- *400 ml Gefluegelbruehe*
- *Salz, Pfeffer*
- *Muskat*
- *1 EL Kokosflocken; geroestet*
- *2 EL Sahne; geschlagen*

Zwiebel und Knoblauch in der Butter kurz anschwitzen, dann die Kartoffelwuerfel dazugeben und mitanschwitzen.

Die gewaschenen und gut abgetropften Brennessel- und Spinatblaetter dazugeben und zusammenfallen lassen. Mit Bruehe aufgiessen, wuerzen und vier bis fuenf Minuten zugedeckt koecheln lassen. Fein puerieren, die Sahne unterziehen. Mit den Kokosflocken bestreuen.

Pro Person ca. 170 kcal.

Stichworte	Brennessel, Creme, Kokos, Suppe

Suppe, Creme, Broccoli

BROCCOLICREMESUPPE

BROCCOLICREMESUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *700 g Broccoli*
- *Salz, Pfeffer*
- *1 Zwiebel*
- *1 (-2) Knoblauchzehen*
- *50 g Butter*
- *1 Schuss Cayennepfeffer*
- *1 Prise Zitronensaft*
- *Sojasauce*

Den Broccoli putzen, die Roeschen abtrennen, die Stiele, wenn noetig, schaelen. Zuerst die Roeschen in Salzwasser bissfest kochen, sie mit einer Schaumkelle herausfischen und eiskalt abschrecken. Im selben Kochwasser die Stiele weich kochen, dabei auch die grob zerschnittene Zwiebel und den Knoblauch mitkochen. Das Gemuese muss jetzt so weich sein, dass es sich durch ein Sieb streichen laesst einfacher ist es jedoch, es im Mixer fein zu puerieren, dabei soviel Kochwasser hinzufuegen, bis die richtige Suppenkonsistenz erreicht ist. Schliesslich die eiskalte Butter untermixen, damit die Suppe cremig wird. Mit Salz, Pfeffer, Cayenne und Sojasauce sowie einigen Tropfen Zitronensaft abschmecken. Die Broccoliroeschen in dieser Suppe wieder erwaermen und in Suppentellern oder Suppentassen servieren.

Tip: Besonders huebsch sieht die Suppe aus, wenn man auch weisse Blumenkohlroeschen darin schwimmen laesst. Natuerlich kann man die gesamte Suppe ebensogut mit Blumenkohl herstellen.

Stichworte	Broccoli, Creme, Suppe

Suppe, Creme, Erbse

FEINE ERBSENSUPPE

FEINE ERBSENSUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *450 g Packung TK-Erbsen*
- *200 ml Suesse Sahne*
- *1 l Huehnerbruehe; siehe Extra-Rezept*
- *1 Bd. Minze*
- *Salz und Pfeffer*
- *50 g Butter*

Erbsen mit Butter in einen Topf geben, mit Bruehe aufgiessen und bei geschlossenem Deckel 5 min. koecheln lassen, dann Sahne dazu geben und alles mit einem Stabmixer puerieren.

Mit gehackter Minze bestreuen und mit Salz und Pfeffer und einem Hauch Zucker abschmecken. Dazu passt eine Scheibe Parmaschinken und frisches Baguette.

Stichworte Creme, Erbse, Suppe

Suppe, Creme, Fenchel

FENCHELSUPPE MIT WEISSBROTCROUTONS

FENCHELSUPPE MIT WEISSBROTCROUTONS

Für 4 Portionen

SUPPE

- *1 Fenchelknolle mit Gruen*
- *2 EL Olivenoel*
- *Salz*
- *1 Schuss Zucker*
- *4 EL Weisswein*
- *1 TL Pernod*
- *1/2 l Klare Huehnersuppe*
- *1 Schuss Cayennepfeffer*
- *4 EL Sahne*
- *Einige Tropfen Zitronensaft*

CROUTONS

- *1 Vollkorntoastbrot*
- *1 EL Oel*
- *1 klein. Knoblauchzehe mit Schale*
- *1 Petersilienzweig*

Von der Fenchelknolle das Gruen entfernen und aufbewahren. Die Knolle putzen, halbieren, in feine Streifen schneiden und in Oel anschwitzen. Mit Salz und Zucker wuerzen, mit Weisswein und Pernod abloeschen und einkochen lassen. Mit Huehnerbruehe auffuellen und mit Cayennepfeffer wuerzen. Zugedeckt weich garen.

Die Sahne dazugiessen und mit dem Stabmixer fein puerieren. Mit Zitronensaft abschmecken.

Brot entrinden, in kleine Wuerfel schneiden und im heissen Oel goldbraun roesten. Leicht salzen und ueber die Suppe streuen.

Kalorien pro Person: ca. 280.

Stichworte	Creme, Fenchel, Suppe

Suppe, Creme, Haehnchen

KERBELSUPPE MIT HAEHNCHENBRUSTWUERFELN IN KRAEUTERPANADE

KERBELSUPPE MIT HAEHNCHENBRUSTWUERFELN IN KRAEUTERPANADE

Für 1 Rezept

FUER DIE SUPPE

- *100 g Kerbel*
- *1 Bd. Petersilie*
- *80 g Butter*
- *150 g Kartoffeln; geschaelt gewuerfelt*
- *1 EL Zwiebelwuerfel*
- *100 ml Weisswein*
- *1/2 l Fleischbruehe*
- *300 ml Sahne*
- *Salz und Pfeffer*

HAEHNCHENBRUSTWUERFEL

- *300 g Haehnchenbrust*
- *Salz und Pfeffer*
- *200 g Toastbrotbroesel*
- *1 Bd. Petersilie*
- *6 Rosmarinnadeln*
- *1/2 TL Frische Thymianblaettchen*
- *1 groß. Ei*
- *30 g Mehl*
- *Butaris oder Olivenoel zum Braten*

Suppe

Die Haelfte des Kerbels und der Petersilie waschen, schleudern, mit weicher Butter mixen und puerieren und anschliessend kaltstellen. Zwiebeln und Kartoffeln in Butter schwenken. Die restlichen. geschnittenen Kraeuter, Bruehe, Sahne und Wein zugeben und 15 Min. koecheln lassen. Dann die Suppe mixen, passieren, mit Salz und Pfeffer wuerzen und die Kraeuterbutter unterruehren (Puerierstab).

Haehnchenbrust

Haehnchenbrueste grob wuerfeln, salzen, pfeffern. Brotbroesel mit Kraeuter mixen, Ei mit einer Prise Salz verruehren. Fleisch nacheinander in Mehl, Eimasse und der Kraeuterpanade wenden. Vor dem Servieren ca. drei Minuten knusprig braten.

Suppe in tiefe Teller fuellen, Haehnchenwuerfel zugeben und mit Sahnehaeubchen und einem Kerbelblatt garnieren.

Stichworte	Creme, Haehnchen, Suppe

Suppe, Creme, Haehnchen, Apfel

CURRY-HUEHNERSUPPE

CURRY-HUEHNERSUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 Apfel*
- *1 Zwiebel*
- *1 EL Butterschmalz*
- *60 g Langkornreis*
- *1 TL Curry*
- *3/4 l Gefluegelbruehe (Instant)*
- *1 Geraeucherte Haehnchenbrust*
- *2 EL Creme double*
- *2 EL Mandelblaettchen*

Den Apfel schaelen, entkernen und in kleine Stuecke schneiden. Die Zwiebel abziehen und wuerfeln. Schmalz im grossen Topf erhitzen und Zwiebelwuerfel darin glasig duensten. Reis und Apfel hinzufuegen und unter Wenden eine Minute duensten. Curry zufuegen und kurz schwitzen lassen. Heisse Bruehe zugeben und 15 Min. zugedeckt koecheln lassen.

Fleisch von Haut und Knochen befreien und in Streifen schneiden. In die Suppe geben. Creme dazuruehren. Mandeln ohne Fett hellbraun roesten und ueber die Suppe geben.

Stichworte	Apfel, Creme, Haehnchen, Suppe

Suppe, Creme, Karotte, Kaese

ROQUEFORT-SUPPE

ROQUEFORT-SUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1/4 l Milch*
- *150 ml Saure Sahne*
- *150 g Roquefortkaese*
- *4 EL Sherry*
- *400 g Karotten*
- *1 Stange Lauch*
- *Salz, Pfeffer, Muskat*

Karotten schaelen und raspeln. Lauch waschen, der Laenge nach halbieren und in duenne Scheiben schneiden. Den Kaese zerkleinern.

Karotten in Oel anduensten, Lauch zufuegen, kurz weiter duensten, Fleischbruehe angiessen und alles zum Kochen bringen. Milch zufuegen und wuerzen. Ca. 15 Min. kochen lassen. Nach und nach Kaese zufuegen, schmelzen lassen. Mit Sherry abschmecken und die saure Sahne unterruehren.

Stichworte	Creme, Kaese, Karotte, Suppe

Suppe, Creme, Karotte, Sellerie

KAROTTEN-SELLERIECREMESUPPE

KAROTTEN-SELLERIECREMESUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *3 groß. Karotten, geschaelt*
- *3 Kartoffeln, geschaelt*
- *1 Knolle Sellerie, geschaelt*
- *1 1/2 l Gemuese- oder Huehnerfond*
- *4 Fruehlingszwiebeln das Weisse*
- *200 g Sahne*
- *3 EL Butter*
- *Salz und Pfeffer*
- *Zitronensaft*

ZUM ABSCHMAELZEN

- *2 EL Mehl*
- *3 EL Butter*

Die Gemuese in Wuerfel schneiden und in der Butter etwas anschwitzen. Mit dem Fond abloeschen und alles weichkochen. Mit dem Mixer fein puerieren und mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken.

Die restl. Butter mit dem Mehl braeunen und damit die Suppe abschmaelzen.

Stichworte	Creme, Karotte, Sellerie, Suppe

Suppe, Creme, Kartoffel, Spinat

KARTOFFELSUPPE MIT FRISCHEM SPINAT

KARTOFFELSUPPE MIT FRISCHEM SPINAT

Für 1 Rezept

Zutaten

- *300 g Kartoffeln*
- *3/4 l Gemuesebruehe*
- *100 g Junger Blattspinat*
- *1 Zwiebel*
- *1 EL Butter*
- *125 ml Sahne*
- *Salz und Pfeffer*

Zwiebel wuerfeln und in der Butter glasig duensten. Kartoffeln schaelen, in kleine Wuerfel schneiden und zugeben. Wenig Gemuesebruehe angiessen, 15 Min. garen und dann puerieren. Spinat in Streifen schneiden, dabei Stiele abschneiden und in Suppentassen verteilen. Die puerierte Suppe mit der restlichen Gemuesebruehe erhitzen und Sahne unterruehren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und in die Suppentassen verteilen.

Variante: Anstatt des Spinats kann man auch Lauch oder Karotten verwenden. Beides muss aber sehr fein geschnitten sein.

Stichworte	Creme, Kartoffel, Spinat, Suppe

Titel - Rubrik - Stichworte

Suppe, Creme, Kohlrabi

KOHLRABICREMESUPPE

KOHLRABICREMESUPPE

Für 2 Portionen

Zutaten

- *200 g Kohlrabi; in Scheiben*
- *10 g Butter*
- *1 EL Mehl*
- *700 ml Gemuesebruehe*
- *100 g Sahne*
- *Salz, Pfeffer, Muskat*

Butter zerschmelzen, Kohlrabischeiben darin angehen lassen, mit Mehl bestaeuben, mit der Gemuesebruehe auffuellen und ca. 15-20 Min. kochen lassen. Mit einem Mixer puerieren, Sahne dazu und mit Jodsalz, weissem Pfeffer und Muskat abschmecken.

Stichworte	Creme, Kohlrabi, Suppe

Suppe, Creme, Krabbe, Fenchel

KRABBENSUPPE

KRABBENSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *3 kg Krabben; Krabbenschalen und Krabbenfleisch*
- *2500 ml Wasser od. Gemuesebruehe*
- *2 EL Salz*
- *1 EL Kuemmel*
- *1/2 Fenchelknolle*
- *1 Bd. Dill*
- *1 Suppenbund*
- *2 Gemuesezwiebeln*
- *10 Weisse Pfefferkoerner*
- *1 EL Senfkoerner*
- *2 Knoblauchzehen (bei Bedarf)*
- *2 Lorbeerblaetter*
- *4 Nelkenkoerner*
- *1 TL Curry*
- *1 Dos. Tomaten geschaelt oder passiert*
- *1/4 l Suesse Sahne*
- *Trockenen Wein; und*
- *Cognac; zum Abschmecken*
- *200 g Geschlagene Sahne*
- *Butter*
- *Mehl*

Fuer den Fond das Suppenbund, den Fenchel und die Zwiebeln putzen. Zusammen mit den Krabbenschalen und dem Knoblauch in einen Topf geben, mit Wasser bzw. Gemuesebruehe auffuellen. Alle Gewuerze und die Dosen-Tomaten dazu und nicht laenger als eine halbe Stunde koecheln lassen. Den Fond erst durch ein Sieb, dann durch ein Tuch seihen.

Fuer die Mehlschwitze die Butter leicht anbraeunen, das Mehl hinzufuegen und den heissen Fond nach und nach einruehren. Die suesse Sahne und die gepulten Krabben hinzufuegen und die Suppe mit Cognac und Wein abschmecken.

Erst auf dem Suppenteller in die Mitte einen Klecks der geschlagenen Sahne und ein paar Krabben geben.

Stichworte	Creme, Fenchel, Krabbe, Suppe

Suppe, Creme, Krebs

KNIEPERSUPPE

KNIEPERSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1000 g TK-Taschenkrebsscheren gekocht; ersatzweise*
- *200 g Krebsfleisch aus der Dose*
- *250 g Geputztes Suppengemuese*
- *Zwiebel*
- *3 EL Krebsbutter*
- *125 ml Trockenen Weisswein*
- *50 ml Cognac*
- *125 ml Suesse Sahne*
- *1/4 l Kaltes Wasser; (alles zusammen soll ca. 1 Ltr.*
- *Bruehe ergeben)*

Aus den ausgeloesten Schalen, einer Zwiebel und dem Suppengruen bereitet man eine pikante Bruehe zu. Anschliessend durch ein Sieb abgiessen. Durch weiteres Einkochen reduziert man die Bruehe, das steigert den Geschmack.

Die Krebsbutter muss sich vollstaendig aufloesen, das bindet die Suppe. Dadurch eruebrigt sich der Gebrauch von Staerke und Mehl. Nun gibt man den trockenen Weisswein und den Cognac hinzu. Mit suesser Sahne abrunden, das Krebsfleisch wird darin erwaermt - fertig.

Mit einem trockenen Sherry wird diese Spezialitaet serviert.

Stichworte	Creme, Krebs, Suppe

Suppe, Creme, Kuerbis

KUERBISCREMESUPPE

KUERBISCREMESUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 kg Frischer Kuerbis*
- *2 Kartoffeln (mehligkochend)*
- *1 (-2) Saeuerliche Aepfel*
- *1 Stange Porree*
- *1 Zwiebel*
- *1 Knoblauchzehe*
- *2 EL Butter*
- *3/4 l Huehnerbruehe*
- *Salz, Pfeffer, Muskat, Zucker*
- *80 g Schinkenspeck*
- *2 TL Oel*

Kuerbis schaelen, Inneres herausschneiden, Fruchtfleisch wuerfeln. Kartoffeln und Aepfel schaelen, fein wuerfeln. Porree der Laenge nach einschneiden, in feine Ringe schneiden. Zwiebel und Knoblauchzehe wuerfeln, in heissem Fett anduensten.

Kuerbis, Porree, Kartoffeln und Aepfel zugeben und kurz mitduensten. Huehnerbruehe zugiessen, mit Salz, Pfeffer und Muskat wuerzen. Nach 10 Min. ein Viertel des Gemueses herausnehmen und beiseite stellen. Restliche Suppe 5 Min. weiterkochen und mit dem Schneidstab des Handruehrers puerieren.

Suppe mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Schinkenspeck in Scheiben schneiden, im heissen Oel bei kleiner Hitze knusprig braten. Die Gemuesewuerfel und den Speck in die heisse Suppe geben.

Pro Portion ca. 345 kcal/1436 kJ

Stichworte	Creme, Kuerbis, Suppe

Suppe, Creme, Lauch, Kartoffel

LAUCH-KARTOFFELCREMESUPPE MIT KERBEL

LAUCH-KARTOFFELCREMESUPPE MIT KERBEL

Für 4 Portionen

Zutaten

- *4 Stangen Porree*
- *600 g Festkochende Kartoffeln*
- *3 EL Butter oder Margarine*
- *3/4 l Bouillon*
- *200 g Creme fraiche*
- *Salz und Pfeffer*

Porree putzen, waschen und in sehr duenne Ringe, Kartoffeln schaelen und in duenne Scheiben schneiden. Butter oder Margarine in einem grossen Topf aufschaeumen lassen, Kartoffelscheiben darin anschwitzen und Porreeringe zugeben. Bouillon in einem Topf erhitzen und angiessen. Alles zugedeckt ca. 15 Minuten koecheln lassen.

Von der Kochstelle nehmen, Creme fraiche unterziehen und mit Salz und Pfeffer wuerzen. Kerbel waschen, grob hacken, auf die Suppe streuen.

Stichworte	Creme, Kartoffel, Lauch, Suppe

Suppe, Creme, Mais, Peru

PERUANISCHE MAISSUPPE

PERUANISCHE MAISSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *2 mittl. Schalotten*
- *2 EL Butter oder Margarine*
- *2 TL Mehl*
- *300 ml Huehnerbruehe*
- *300 g Dose Zuckermais*
- *125 g Sahne*
- *125 ml Milch*

Schalotten abziehen, hacken. Butter oder Margarine in einem Topf schmelzen. Schalottenwuerfel darin glasig duensten. Mehl darueberstaeuben, kurz anschwitzen, Bruehe unter staendigem Ruehren mit dem Schneebesen angiessen. Maiskoerner abtropfen lassen, zwei Essloeffel beiseite legen, restlichen Mais in die gare Mehlschwitze geben.

Zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten garen. Dann puerieren, durch ein Sieb streichen. Sahne und Milch angiessen, die beseitegelegten Maiskoerner zugeben, kurz erhitzen.

Stichworte	Creme, Mais, Peru, Suppe

Suppe, Creme, Orange, Karotte, Ingwer

KAROTTEN-ORANGENSUPPE

KAROTTEN-ORANGENSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *750 g Karotten*
- *1 Bd. Suppengruen*
- *8 mittl. Orangen*
- *1 klein. Ingwerwurzel*
- *klein. Portwein*
- *1 EL Butter oder Margarine*
- *Salz und Pfeffer*
- *200 g Sahne*

Karotten und Suppengruen putzen, waschen und in Stuecke schneiden. Karotten- und Suppengruenstuecke mit wenig Wasser zum Kochen bringen und garen. Etwas abkuehlen lassen und puerieren.

Orangen auspressen, Ingwer schaelen und fein reiben. Beides mit Portwein und Butter oder Margarine in die Suppe geben, mit Salz und Pfeffer wuerzen. Ca. zehn Minuten koecheln lassen.

Sahne zugeben und nach Wunsch mit feinen Karottensteifen und Karottenstroh (fritierte feine Karottenstreifen) bestreut servieren.

Stichworte	Creme, Ingwer, Karotte, Orange, Suppe

Suppe, Creme, Rosenkohl

ROSENKOHLRAHMSUPPE I

ROSENKOHLSUPPE "OSTHOLSTEINER ART"

ROSENKOHLRAHMSUPPE I

Für 4 Portionen

Zutaten

- *500 g Rosenkohl*
- *Salz, Muskatnuss*
- *1 l Kraeftige Rinderbruehe*
- *1 Bd. Schnittlauch*
- *1 Schuss Zucker*
- *100 g Creme Fraiche*
- *50 g Butter, kalt*
- *100 g Schlagsahne*

Rosenkohl putzen, waschen, am Strunk kreuzweise einritzen, ca. zehn Minuten in kochendem Salzwasser garen, abgiessen und in Rinderbruehe fertiggaren. Schnittlauch putzen, waschen, in Roellchen scheiden. Suppe fein puerieren, mit Salz, Muskatnuss und Zucker abschmecken. Creme fraiche zugeben und Butter in Floeckchen mit dem Puerierstab einarbeiten.

Sahne steifschlagen. Suppe auf Teller verteilen, jeweils eine Loeffel Sahne auf die Suppe geben und mit Schnittlauchroellchen bestreut servieren.

Stichworte	Creme, Rosenkohl, Suppe

ROSENKOHLSUPPE "OSTHOLSTEINER ART"

Für 4 Portionen

Zutaten

- *400 g Rosenkohl*
- *125 g Kartoffeln*
- *1 Zwiebel*
- *1 EL Butter*
- *3/4 l Gefluegelbruehe*
- *200 ml Weisswein*
- *150 g Creme fraiche*
- *125 ml Sahne*
- *1 Bd. Petersilie*
- *Salz, Pfeffer, Muskatnuss*

Rosenkohl putzen, Kartoffeln in Scheiben schneiden, Zwiebeln wuerfeln. Alles in Butter anduensten, mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss wuerzen und mit der Gefluegelbruehe und Wein abloeschen. Ca. 20-25 Minuten garen.

Alles puerieren, Creme fraiche darunterziehen, Suppe abschmecken. Auf jeden Teller einen Loeffel geschlagene Sahne und etwas gehackte Petersilie geben.

Stichworte	Creme, Rosenkohl, Suppe

Suppe, Creme, Sauerampfer

FRANKFURTER FRUEHLINGSSUPPE

FRANKFURTER FRUEHLINGSSUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *250 g Sauerampfer*
- *40 g Butter*
- *40 g Mehl*
- *1 l Heisse Fleischbruehe*
- *125 ml Saure Sahne*
- *2 Eigelb*
- *1 Schuss Zucker*
- *1 Schuss Salz*
- *1 Zitrone; den Saft*
- *2 Scheib. Weissbrot*
- *20 g Butter*

Sauerampfer verlesen und waschen. Tropfnass im Topf 5 Min. erhitzen bis die Blaetter zerfallen und weich sind. Auf einem Sieb abtropfen lassen und fein hacken.

Butter erhitzen und Mehl darin anschwitzen. Aufgekochte Bruehe unter Ruehren dazugeben. Dann Sauerampfer zugeben. Sahne und Eigelb verquirlen und in die Suppe ruehren. Nochmals erhitzen, nicht kochen. Mit Salz, Zukker und Zitrone abschmecken. Weissbrotscheiben ohne Rinde wuerfeln und knusprig braten. Ueber die Suppe geben und heiss servieren.

Stichworte	Creme, Sauerampfer, Suppe

Suppe, Creme, Schwarzwurz

SCHWARZWURZELSUPPE

SCHWARZWURZELSUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 kg Schwarzwurzeln; ergibt 300 g geschaelte*
- *1 Zwiebel*
- *1200 ml Gaensebruehe*
- *200 ml Sahne*
- *80 g Butter*
- *Saucenbinder; bei Bedarf*
- *Salz, Pfeffer, Muskat*

Die Schwarzwurzeln unter fliessendem Wasser buersten, schaelen und in Zitronensaft legen. Das verhindert das Braunwerden. Die Zwiebel schaelen und in kleine Wuerfel schneiden. Die Butter in einem Kochtopf zerlassen und die Zwiebeln darin glasig duensten. Schwarzwurzeln in kleine Stuecke schneiden und einige Minuten mitanschwitzen.

Mit der Gaensebruehe auffuellen, einmal aufkochen lassen und etwa 20 Minuten bei schwacher Hitze koecheln lassen. Die Sahne hinzufuegen und puerieren. Zurueck in den Topf giessen, falls noetig, mit etwas Mondamin Fix Saucenbinder andicken und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Suppe bis zum Servieren auf der Waermeplatte warmstellen.

Stichworte	Creme, Schwarzwurz, Suppe

Suppe, Creme, Sellerie, Birne

BIRNEN-SELLERIE-CREMESUPPE

BIRNEN-SELLERIE-CREMESUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *200 g Knollensellerie*
- *2 Suesse Birnen*
- *1 Zwiebel oder Schalotte*
- *40 g Butter*
- *Zucker*
- *200 ml Bruehe*
- *100 ml Sahne*
- *1/4 l Weisswein*
- *Salz, Pfeffer, Muskat*
- *Balsamessig; auf Wunsch*

Sellerie schaelen, Birnen schaelen und entkernen. Beides in Stuecke schneiden. Die Schalotten schaelen und kleinhacken. Den Zucker mit der Butter im Topf karamelisieren lassen, den Sellerie darin leicht anbraten und die Schalotten hinzufuegen. Birnen dazugeben, mit Weisswein abloeschen und die Bruehe aufgiessen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat wuerzen und weichkochen. Anschliessend die Sahne dazugeben und puerieren. Die Suppe durch ein Sieb streichen und mit ein paar Tropfen Balsamessig verfeinern.

Stichworte	Birne, Creme, Sellerie, Suppe

Suppe, Creme, Sellerie, Erbse

SELLERIERAHMSUPPE UND ERBSENSUPPE

SELLERIERAHMSUPPE UND ERBSENSUPPE

Für 1 Suppe

SELLERIERAHMSUPPE

- *500 g Knollensellerie*
- *150 g Weichkochende Kartoffeln*
- *1/2 l Huehnerbruehe*
- *2 Scheib. Toastbrot*
- *1/2 Tasse Suesse Sahne*
- *50 g Butter*

ERBSENSUPPE

- *450 g Tiefkuehlerbsen*
- *200 ml Sahne*
- *1 Bd. Minze, frisch*
- *1/2 l Huehnerbruehe*
- *Salz, Zucker, Pfeffer*

Erbsen, Sellerie und Kartoffeln in einem Topf geben, mit Bruehe und Butter garkochen. Sellerie-Kartoffeln: 15 Minuten, Erbsen: 5 Minuten.

Mit dem Mixer passieren, zur Erbsensuppe noch die Sahne und die gehackte Minze beigeben. Wer moechte: Bei der Selleriesuppe 1/2 Tasse suesse Sahne beifuegen.

Serviert wird die Selleriesuppe mit frischem Kerbel u. ausgebratenen Toastbrotscheiben. Heiss servieren!

Stichworte	Creme, Erbse, Sellerie, Suppe

Suppe, Creme, Spinat

SPINATSUPPE

SPINATSUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *500 g Spinat*
- *1 l Fleischbruehe*
- *125 ml Saure Sahne*
- *2 EL Mehl*
- *Salz, Pfeffer, Muskat*
- *Schnittlauch*

Kleingehackten Spinat in etwas Fett anduensten, abloeschen und weichkochen.

Sahne, Mehl und Gewuerze vermischen und zugeben, kurz weiterkochen lassen. Mit Schnittlauch bestreut servieren.

Stichworte	Creme, Spinat, Suppe

Suppe, Creme, Wirsing, Kaese

WIRSINGRAHMSUPPE MIT ROQUEFORT

WIRSINGRAHMSUPPE MIT ROQUEFORT

Für 1 Rezept

Zutaten

- *500 g Wirsing*
- *1 Zwiebel, feingehackt*
- *1 EL Butter*
- *1 1/2 l Gemuesebruehe*
- *200 ml Sahne*
- *3 EL Butter, eiskalt*
- *100 g Roquefort; nach Geschmack*

Die Zwiebel in 1 EL Butter weichduensten. Wirsing entstrunken, in Streifen schneiden und zur Zwiebel geben etwas mitdaempfen, Bruehe angiessen. Weichduensten.

Alles puerieren und mit Sahne und Roquefort verfeinern. Nicht mehr stark kochen lassen. Am Ende die restl. Butter untermixen. Mit Muskatnuss, Salz und Cayennepfeffer wuerzen.

Stichworte	Creme, Kaese, Suppe, Wirsing

Suppe, Creme, Zwiebel, Kaese

ZWIEBELSUPPE A LA ROQUEFORT

ZWIEBELSUPPE A LA ROQUEFORT

Für 4 Portionen

Zutaten

- *500 g Zwiebeln*
- *3 klein. Geraeucherte Mettwuerstchen oder Rauchenden*
- *3 EL Oel*
- *2 Knoblauchzehen*
- *1 l Fleischbruehe*
- *100 g (-150) Roquefort-Kaese; ca.*
- *1 Bd. Schnittlauch*
- *1 Ei*
- *Pfeffer a.d. Muehle*

Die Zwiebeln abziehen, in duenne Ringe schneiden. Wuerstchen schraeg in kleine Stuecke schneiden. Beides in heissem Oel anbraten. Knoblauchzehen abziehen, pressen und nach 5 Minuten zu den Zwiebeln geben.

Sobald die Zwiebeln glasig sind, Bruehe angiessen und 30 Minuten koecheln lassen. Den Kaese klein wuerfeln. 2/3 davon mit den Schnittlauchroellchen nach und nach in die Suppe geben und gut umruehren.

Ist der Kaese geschmolzen, das verquirlte Ei langsam einruehren. Mit Pfeffer abschmecken, den restlichen Kaese ueberstreuen.

Beilage: geroestetes Toastbrot, herbes Bier oder ein kraeftiger, roter Landwein.

Pro Port. ca. 310 kcal/1300 kJ.

Stichworte	Creme, Kaese, Suppe, Zwiebel

Suppe, Eintopf

FLEISCHSTRUDEL (SUPPENEINLAGE)

MAIS-SUPPE "NSCHO-TSCHI"

FLEISCHSTRUDEL (SUPPENEINLAGE)

Für 1 Rezept

Zutaten

- *40 g Mehl*
- *1 Ei*
- *klein. Lauwarmes Wasser*
- *Butter, zerlassen*
- *200 g Hackfleisch*
- *Majoran*
- *Salz und Pfeffer*
- *1 Zwiebel; fein gehackt*
- *Petersilie; fein geschn.*

Aus Mehl, Ei und lauwarmem Wasser einen weichen Teig herstellen, eine halbe Stunde ruhen lassen, dann auswalzen und mit zerlassener Butter bestreichen. Aus den uebrigen Zutaten einen Fleischteig bilden, auf den Strudelteig streichen, diesen aufrollen. Die Rolle 15 Minuten in Wasser kochen. Anschliessend herausnehmen und in ein Zentimeter breite Stuecke schneiden.

Die Fleischstrudelstuecke gibt man in eine beliebige fertige Suppe.

Stichworte	Eintopf, Suppe

MAIS-SUPPE "NSCHO-TSCHI"

Für 4 Portionen

Zutaten

- *6 Schalotten; oder*
- *3 klein. Zwiebeln*
- *2 EL Butter*
- *4 Scheib. Kasseler; entbeint, duenn*
- *2 1/2 EL Maismehl*
- *1/4 l Fleischbruehe*
- *2 mittl. Kartoffeln*
- *Salz, Pfeffer*
- *1 Tasse Gehackte Kresse*

Schalotten kleinschneiden und in einem Topf mit dickem Boden in Butter hellblond werden lassen. Das in kleine Streifen geschnittene Fleisch zugeben. Maismehl darueber streuen und so lange staendig mit den andren Zutaten verruehren, bis sich eine Art Brei und zarter Kuchenduft bilden. Unter weiterem Ruehren mit der heissen Fleischbruehe abloeschen. Kartoffeln schaelen, in Stifte schneiden, zugeben, vorsichtig mit Salz und Pfeffer (aus der Muehle) abschmecken. Unter gelegentlichem Umruehren auf schwachem Feuer 2 Stunden lang zugedeckt koecheln lassen. Wenige Minuten vor dem Anrichten die Kresse zufuegen.

Das sollten Sie beachten:

Diese Suppe kann man auch mit etwa 1/2 l Fleischbruehe und 1 Tasse Milch oder suesser Sahne zubereiten. Dann nennt man sie Chowder ('tschauder' gesprochen).

Wer den Geschmack des Maismehls nicht schaetzt, der nehme nur die Haelfte der angegebenen Menge und dicke dann die Suppe mit Staerkemehl (Maisstaerke), welches vor dem Zufuegen in etwas Fluessigkeit angeruehrt wird. Sehr vorteilhaft ist es auch, wenn man in dieser Suppe eine kleine Dose ganzer Maiskoerner gibt.

Dazu gibt es Brot. Frischer gruener Salat danach schmeckt sehr gut. Mit ganzen Maiskoernern und vielleicht einer etwas groesseren Menge Fleisch wird diese Mais-Suppe, die man durch Tabasco-Sauce etwas schaerfer machen kann, zu einer hervorragenden Mitternachts-Suppe.

Stichworte	Eintopf, Suppe

Suppe, Eintopf, Bohne

BUNTES BOHNENALLERLEI

EINTOPF AUS GETROCKNETEN GRUENEN BOHNENKERNEN

BUNTES BOHNENALLERLEI

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 Dos. Gruene Bohnen*
- *1 Dos. Kidneybohnen*
- *1 Dos. Wachsbohnen*
- *1 Dos. Chilibohnen*
- *1 Stange Lauch*
- *2 Karotten*
- *5 Kartoffeln*
- *1 kg Hackfleisch*
- *1 Zwiebel*
- *klein. Bratensaft; (Instant)*

Hackfleisch mit Zwiebel scharf anbraten und mit den Bohnen abloeschen. Lauch in Ringe, Karotten in duenne Scheiben schneiden und zu Hackfleisch und Bohnen geben. Das Gericht kochen, bis alle Zutaten gar sind und zuletzt mit etwas Bratensaft abschmecken.

Dazu serviert man Stangenweissbrot.

Stichworte	Bohne, Eintopf, Suppe

EINTOPF AUS GETROCKNETEN GRUENEN BOHNENKERNEN

Für 2 Portionen

Zutaten

- *100 g Getrockn. gruene Bohnenkerne*
- *1/2 l Gemuesebruehe*
- *1 klein. Zwiebel (gewuerfelt)*
- *20 g Butter*
- *4 Scheib. Geraeucherter Speck; ohne Schwarte - in Streifen*
- *geschnitten*
- *2 klein. Kartoffeln*
- *1 Knoblauchzehe*
- *1/4 l Sahne*
- *125 ml Creme fraiche*
- *1 TL Majoran*
- *Thymian; getrocknet*
- *1 EL Schnittlauch; fein geschnitten*
- *Salz, Pfeffer*

Die Bohnen ueber Nacht in Wasser einweichen. Die Zwiebeln in Butter anschwitzen, die eingeweichten Bohnen abtropfen lassen und mit den Speckstreifen dazugeben. Mit Gefluegelbruehe auffuellen und einige Minuten kochen lassen. Knoblauch dazupressen. Mit Salz, Pfeffer, Majoran und Thymian abschmecken.

Kartoffeln schaelen und wuerfeln mit der Sahne zugeben und noch 20 Minuten kochen lassen. Gut durchruehren und abschmecken. Anrichten, mit Creme fraiche verzieren und mit dem Schnittlauch ueberstreuen.

Stichworte	Bohne, Eintopf, Suppe

Suppe, Eintopf, Bohne, Gemuese

RIBOLLITA - ITALIENISCHE KOHLSUPPE

RIBOLLITA - ITALIENISCHE KOHLSUPPE

Für 6 Portionen

Zutaten

- *250 g Cannellini-Bohnen; oder Borlotti-Bohnen*
- *gegart oder aus der Dose*
- *1 Bd. Glatte Petersilie*
- *3 Knoblauchzehen*
- *1 Sellerieknolle*
- *300 g Moehren*
- *4 Rote Zwiebeln*
- *3 EL Olivenoel*
- *1 kg Mangold oder Wirsing oder Gruenkohl*
- *800 g Tomaten aus der Dose*
- *1 Altbackenes Ciabatta-Brot*
- *Salz, Pfeffer*
- *Natives Olivenoel extra*

Petersilie hacken, Knoblauch, Sellerie, Moehren und Zwiebeln schaelen und hacken. Alles zusammen 30 Minuten in den 3 EL Olivenoel anduensten.

Tomaten hinzufuegen und weitere 30 Minuten schwach koecheln. Kohl von den Stengeln zupfen und kleinhacken, dann zu den anderen Zutaten geben. Die Haelfte der Bohnen und etwas Bohnen-Garfluessigkeit oder Wasser/Bruehe zufuegen und weitere 30 Minuten koecheln.

Kruste des Brotes abschneiden, Brot in Wuerfel schneiden. Restliche Bohnen puerieren und zur Suppe geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, natives Olivenoel zugeben. Die Suppe soll dickfluessig sein, deshalb nach Geschmack noch etwas Wasser oder Bruehe oder Oel zufuegen.

Stichworte	Bohne, Eintopf, Gemuese, Suppe

Titel - Rubrik - Stichworte

Suppe, Eintopf, Bohne, Gerste, Schweiz

BUENDNER BOHNEN- UND GERSTENSUPPE

BUENDNER BOHNEN- UND GERSTENSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *100 g Weisse Bohnen*
- *100 g Gerste*
- *2 1/2 l Wasser*
- *3 EL Butter*
- *1 Lauchstengel*
- *2 Karotten*
- *1 Zwiebel; besteckt mit*
- *1 Lorbeerblatt; und*
- *1 Gewuerznelke*
- *1/2 Sellerieknolle*
- *1/2 klein. Wirsing*
- *2 Kartoffeln*
- *Knochen eines Rohschinkens*
- *notfalls eines gekochten Schinkens und/oder*
- *250 g Salzspeck*
- *Geraeucherte Schweinswuerste wenn moeglich*
- *Engadinerwuerste*
- *Schnittlauch*
- *Salz*

Weisse Bohnen und Gerste ueber Nacht einweichen. Die kleingeschnittenen Gemuese in Butter andaempfen. Diese mit Fleisch im kalten Wasser aufsetzen und auf kleinem Feuer 2 1/2 bis 3 Stunden kochen. 20 Minuten vor Beendigung der Kochzeit die kleingeschnittenen Kartoffeln und die Engadinerwuerste beigeben, eventuell nachsalzen. Mit Schnittlauch bestreuen.

Stichworte	Bohne, Eintopf, Gerste, Schweiz, Suppe

Suppe, Eintopf, Bohne, Kartoffel

BIBBELSCHES BOHNENSUPP'

BIBBELSCHES BOHNENSUPP'

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 kg Gruene Stangenbohnen*
- *500 g Mehlige Kartoffeln*
- *1 1/2 l Fleischbruehe*
- *1 Bd. Suppengruen*
- *1 Stiel Bohnenkraut*
- *100 g Sahne*
- *Salz und Pfeffer*
- *Petersilie*

Die abgefaedelten Bohnen in 1 cm grosse Stuecke schneiden. Die Kartoffeln schaelen und kleinwuerfeln. Mit den Bohnen, dem Suppengruen und dem Bohnenkraut in der Bruehe gar kochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit gehackter Petersilie dekorieren.

Obligatorisch zu diesem samstaeglichen Suppentopf gibt es im Saarland immer einen frischen Quetschekuchen.

Stichworte	Bohne, Eintopf, Kartoffel, Suppe

Titel - Rubrik - Stichworte

Suppe, Eintopf, Bohne, Lamm

BOHNEN-EINTOPF MIT HAMMELFLEISCH (MUENSTERLAND)

WEISSE BOHNENSUPPE MIT LAMMFLEISCH

BOHNEN-EINTOPF MIT HAMMELFLEISCH (MUENSTERLAND)

Für 1 Rezept

Zutaten

- *250 g Trockene weisse Bohnen*
- *1 TL KAISER-NATRON*
- *750 g Hammelschulter od. Lammkeule*
- *(in Wuerfel geschnitten)*
- *75 g Durchwachsener Speck gewuerfelt*
- *6 Zwiebeln; gewuerfelt*
- *600 g Gruene Bohnen (TK)*
- *2 Knoblauchzehen*

GEWUERZE

- *2 TL Bohnenkraut*
- *Majoran*
- *Thymian*
- *Salz, Pfeffer*

SONST

- *2 Fleischbruehwuerfel fuer je 1 Ltr. Bruehe*
- *7 Kartoffeln*
- *1 Bd. Petersilie*

Weisse Bohnen soeben mit Wasser bedeckt aufkochen, KAISER-NATRON zugeben, 1/2 Stunde quellen lassen und abgiessen. Mit kaltem Wasser ueberbrausen und Bohnen abtropfen lassen. Im Bratentopf Fleischwuerfel in Oel scharf anbraten. Speck und Zwiebeln etwa 5 Minuten mitbraten lassen. Weisse und gruene Bohnen, Bohnenkraut, Thymian, Majoran, zerdrueckten Knoblauch und Fleischbruehwuerfel zugeben, auf 1/2 Ltr. Wasser auffuellen.

Auf kleiner Flamme gut eine Stunde koecheln lassen, nach einer halben Stunde gewuerfelte Kartoffeln zugeben. Mit Salz, Pfeffer und gehackter Petersilie abschmecken.

Stichworte	Bohne, Eintopf, Lamm, Suppe

WEISSE BOHNENSUPPE MIT LAMMFLEISCH

Für 6 Portionen

Zutaten

- *1 Dos. Tomaten (240g)*
- *1 1/2 l Bruehe*
- *1 TL Bohnenkraut; getrocknet*
- *1 TL Liebstoeckel; getrocknet*
- *1 TL Salbei; getrocknet*
- *500 g Lammschulter*
- *1 Bd. Suppengruen*
- *2 Karotten*
- *1 Dos. Weisse Bohnen (470g)*
- *2 Kochwuerste*
- *Muskat*
- *Salz, Pfeffer a.d.Muehle*

Tomaten, Bruehe und getrocknete Kraeuter aufkochen. Fleisch darin 45 Minuten bei mittlerer Hitze kochen. Inzwischen Suppengruen und Karotten putzen und kleinschneiden. Gemuese und Bohnen mit Fluessigkeit in die Bruehe geben und weitere 45 Minuten kochen. Fleisch herausnehmen, vom Knochen loesen und in Stuecke schneiden.

Etwa ein Drittel der Suppe puerieren und wieder zufuegen. Wurst in Scheiben schneiden und in der Suppe erwaermen. Suppe mit geriebener Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu: Bauernbrot servieren pro Port.ca.445 kcal

Stichworte	Bohne, Eintopf, Lamm, Suppe

Suppe, Eintopf, Bohne, Pfalz

SCHIBBELCHES BOHNESUPP

SCHIBBELCHES BOHNESUPP

Für 5 Portionen

Zutaten

- *750 g Bohnen*
- *750 g Kartoffeln*
- *200 g Duerrfleisch*
- *2 EL Mehl*
- *Bohnenkraut*
- *Salz, Pfeffer*

Bohnen klein schneiden, in einen Topf mit Salzwasser geben und zusammen mit dem Bohnenkraut ca. 1/2 Stunde kochen lassen. Die geschaelten Kartoffeln klein schneiden, weich kochen und danach zu Brei stampfen. Das gewuerfelte Duerrfleisch ausbraten. Dann die zwei Essloeffel Mehl hinzugeben, kurz mitbraten und mit Suppenbruehe loeschen. Duerrfleisch und Kartoffelbrei zu den Bohnen geben. Alles zusammen kurz aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu gibt's Zwetschgenkuchen.

Stichworte	Bohne, Eintopf, Pfalz, Suppe

Suppe, Eintopf, Bohne, Rindfleisch, Kartoffel

GRUENER BOHNENEINTOPF

GRUENER BOHNENEINTOPF

Für 4 Portionen

Zutaten

- *500 g Rindfleisch*
- *Pfeffer, Salz*
- *2 EL Oel*
- *Tomatenmark*
- *Zwiebeln*
- *1 l Rinderbruehe*
- *750 g Gruene Bohnen*
- *500 g Kartoffeln*

Fleisch wuerfeln, pfeffern, salzen und in Oel anbraten. Zwiebeln feinhacken und zum Fleisch geben. Mit Bruehe auffuellen, bis alles bedeckt ist. Koecheln lassen, bis das Fleisch halb gar ist. Dann die geputzten Bohnen und kleingeschnittenen Kartoffeln zugeben. Zum Schluss mit Salz, Pfeffer und Tomatenmark abschmecken.

Stichworte	Bohne, Eintopf, Kartoffel, Rindfleisch, Suppe

Suppe, Eintopf, Broccoli, Reis

BROCCOLI-REIS-EINTOPF

BROCCOLI-REIS-EINTOPF

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 kg Broccoli*
- *200 g Vollkornreis*
- *2 groß. Zwiebeln*
- *2 EL Butter*
- *1 EL Gekoernte Bruehe*
- *1 l Wasser*
- *1 Schuss Kardamom*
- *1/2 TL Muskat*
- *200 ml Slivowitz*
- *4 EL Sauerrahm*

Zwiebeln wuerfeln. Blatt am Broccoli entfernen und ihn in Roeschen teilen. Zwiebeln in Butter glasig duensten, Reis zugeben und anroesten. Schnaps zufuegen und anzuenden. Wenn der Alkohol verbrannt ist, Wasser mit der Bruehe zufuegen, zum Kochen bringen.

Broccoli zufuegen und 20 Min. kochen lassen. Wuerzen und ca. 10 Min. weiter duensten. Am Tisch Sauerrahm unterruehren.

Stichworte	Broccoli, Eintopf, Reis, Suppe

Suppe, Eintopf, Chinakohl, Kartoffel, Schinken

CHINAKOHLEINTOPF I

CHINAKOHLEINTOPF I

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1/4 l Bruehe*
- *200 g Chinakohl*
- *1 Zwiebel*
- *1 TL Oel*
- *2 Scheib. Gekochter Schinken*
- *100 g Pellkartoffeln; gekocht*
- *1 EL Petersilie*
- *Salz und Pfeffer*
- *Wenig Ingwer*

Zwiebel feinhacken. Chinakohl putzen, entblaettern, die Blaetter in Streifen, Schinken in kleine Quadrate, Pellkartoffeln in Scheiben schneiden.

Im Topf Oel erhitzen, Zwiebel darin anduesten, Schinken zugeben und diesen kurz anbraten. Chinakohl zugeben, Bruehe angiessen, wuerzen, Kartoffeln zugeben und 10 Min. garen. Mit frischer Petersilie versetzen und servieren.

Stichworte	Chinakohl, Eintopf, Kartoffel, Schinken, Suppe

Titel - Rubrik - Stichworte

Suppe, Eintopf, Dinkel

DINKEL-EINTOPF

DINKEL-EINTOPF

Für 4 Portionen

Zutaten

- *62 g Dinkel*
- *375 ml Wasser*
- *38 g Knollensellerie*
- *1 Karotte*
- *50 g Pilze*
- *1/2 Zwiebel*
- *1/2 Knoblauchzehe*
- *1 EL Butter*
- *1 TL Gemuesebruehe*
- *Pfeffer, Rosmarin*
- *25 g Sahne*

Dinkel in Wasser ueber Nacht einweichen. 25 Minuten kochen.. Sellerie, Karotten schaelen, raspeln, Pilze putzen, in Stuecke schneiden, Zwiebel und Knoblauch hacken. Zwiebel, Knoblauch, Gemuese und Pilze in Butter braten. Gemuese vor Ende der Garzeit zum Dinkel in die kochende Suppe geben. Mit Gemuesebruehe, Pfeffer, Rosmarin wuerzen. Sahne einruehren.

Stichworte	Dinkel, Eintopf, Suppe

Suppe, Eintopf, Ei

EIER-TOPF

EIER-TOPF

Für 1 Rezept

Zutaten

- *20 g Butter*
- *4 Zwiebeln; in Ringen*
- *8 Eier; hartgekocht*
- *200 ml Gemuesebruehe*
- *400 ml Milch*
- *4 EL Milder Senf*
- *Salz, Pfeffer, Paprika*
- *1 EL Mehl*

Zwiebelringe in Fett ca. 10 Minuten duensten. Wuerzen, mit Mehl bestaeuben und gut verruehren, mit Bruehe und Milch abloeschen, unter Ruehren aufkochen, dann ca. 25 Minuten bei koecheln lassen. Anschliessend Senf unterruehren. In Scheiben geschnittene Eier dazugeben, kurz heiss werden lassen und servieren.

Stichworte	Ei, Eintopf, Suppe

Suppe, Eintopf, Fisch

PROVENCALISCHER FISCHTOPF

PROVENCALISCHER FISCHTOPF

Für 2 Portionen

Zutaten

- *1 klein. Lorbeerblatt*
- *8 Weisse Pfefferkoerner*
- *8 Korianderkoerner*
- *2 Pimentkoerner*
- *2 Wacholderbeeren*
- *1 EL Pernod*
- *125 ml Weisswein*
- *700 ml Gemuesebouillon*
- *1 Karotte*
- *1 Selleriestange*
- *1/2 Fenchelknolle*
- *1 TL Puderzucker*
- *1 TL Oel*
- *200 g Gemischte Seefischfilets frisch oder tiefgekuehlt*
- *und aufgetaut*
- *2 Tomaten*
- *1 klein. Knoblauchzehe*
- *2 Petersilienzweige*
- *1 Thymianzweig*
- *Salz*
- *1 EL Petersilie; gehackt*

Lorbeerblatt in kleine Stuecke brechen und mit den anderen Gewuerzen ohne Fettzugabe anroesten. Mit Pernod und Weisswein abloeschen und mit der Gemuesebruehe auffuellen. Einige Minuten koecheln lassen, dann durch ein Spitzsieb giessen und den Sud beiseite stellen.

Karotte, Selleriestange, Fenchel und Paprikaschote putzen und alles in kleine Wuerfel oder Streifen schneiden.

Puderzucker in Oel goldgelb werden lassen, dann das Gemuese dazugeben, die Paprikaschote etwas spaeter hinzufuegen. Mit dem Gewuerzsud aufgiessen und wenige Minuten koecheln lassen.

Fischfilet in Wuerfel schneiden. Tomatenstuecke mit Knoblauch, einem Petersilienstengel und Thymian in die Bruehe geben. Salzen und drei bis fuenf Minuten ziehen lassen.

Kraeuterzweige entfernen und mit Petersilie bestreut servieren.

Pro Person 270 kcal.

Stichworte	Eintopf, Fisch, Suppe

Suppe, Eintopf, Fleisch

PICHELSTEINER

PICHELSTEINER

Für 1 Rezept

Zutaten

- *500 g Fleisch vom Rind und Schwein*
- *1 groß. Markknochen*
- *1 klein. Wirsing*
- *200 g Karotten*
- *100 g Bohnen*
- *100 g Sellerie*
- *1 groß. Zwiebel*
- *1 EL Petersilie*
- *300 g Kartoffeln*
- *2 Tasse Bruehe*
- *Salz, Pfeffer, Paprika*

Das Fleisch in Wuerfel schneiden, wuerzen und vermengen. Das Gemuese und die Kartoffeln putzen und in Streifen, Scheiben und Wuerfel schneiden, alles gut mischen.

Das Mark aus dem Knochen loesen, in duenne Scheiben schneiden und den Boden eines gut schliessenden Topfes damit belegen. Lagenweise Fleisch und Gemuese darueberschichten.

Mit der Bruehe begiessen und zum Kochen bringen. Dann auf kleiner Flamme weichduensten, dabei jedoch den Deckel nicht heben, nicht umruehren. Nur ab und zu den Topf ruetteln, damit nichts anbrennt.

Nach einer Stunde vom Feuer nehmen, die Petersilie untermischen, heiss servieren.

Stichworte	Eintopf, Fleisch, Suppe

Suppe, Eintopf, Fleisch, Rind, Gemuese

EINTOPF PALERMO

EINTOPF PALERMO

Für 1 Rezept

Zutaten

- *500 g Rindfleisch von der Brust*
- *2 EL Oel*
- *2 Zwiebeln*
- *2 Auberginen*
- *1 Staude Bleichsellerie*
- *1 EL Kapern*
- *1 EL Tomatenmark*
- *1/2 TL Zucker*
- *3/4 l Fleischbruehe*
- *Salz und Pfeffer*
- *Kraeuter der Provence*

Fleisch wuerfeln, Zwiebeln fein hacken, Aubergine und Bleichsellerie in Scheiben schneiden. Fleisch und Zwiebeln im heissen Oel anbraten. Auberginen, Bleichsellerie und Kapern zugeben.

Tomatenmark, Zucker, Salz, Pfeffer, Fleischbruehe und Kraeuter verruehren und ueber die Gemuese-Fleisch-Mischung geben. Bei milder Hitze eine Stunde garen.

Stichworte	Eintopf, Fleisch, Gemuese, Rind, Suppe

Suppe, Eintopf, Forelle

KLARER, GERAEUCHERTER FORELLENEINTOPF

KLARER, GERAEUCHERTER FORELLENEINTOPF

Für 2 Portionen

Zutaten

- *1 klein. Zwiebel*
- *1 klein. Karotte*
- *1 Petersilienwurzel*
- *1 Selleriestange*
- *600 ml Gemuesebouillon*
- *1 EL Oel*
- *Salz*
- *1 klein. Lorbeerblatt*
- *2 Wachholderbeeren*
- *Einige Schw. Pfefferkoerner*
- *1 Pimentkorn*
- *Cayennepfeffer*
- *2 Geraeucherte Forellenfilets mit Haut*
- *Meerettich; gerieben*
- *1 TL Schnittlauch; in ca. 1 cm lange Stifte geschnitten*

Die Zwiebeln schaelen und in Wuerfel schneiden. Karotte und Petersilienwurzel schaelen und wie den Staudensellerie in Scheiben schneiden. In erhitztem Oel anschwitzen. Mit Gemuesebruehe aufgiessen, salzen, die Gewuerze dazugeben und bissfest garen. Gewuerze herausfischen, die Bruehe durch ein Sieb giessen, das Gemuese auffangen und zur Seite stellen.

Forellenfilets enthaeuten und die geraeucherten Fischhaeute fuer etwa 10 Minuten in die warme Gemuesebruehe legen. Die Forellenfilets entgraeten und in mundgerechte Stuecke schneiden.

Forellenstuecke auf zwei Teller verteilen, die heisse Gemuesebruehe daruebergiessen, etwas frischen Meerrettich darueberreiben und mit Schnittlauch bestreuen.

Kalorien pro Person: ca. 200.

Stichworte	Eintopf, Forelle, Suppe

Suppe, Eintopf, Gemuese

GEMUESE-EINTOPF

GURKENSUPPE MIT LILIENBLUETEN

GEMUESE-EINTOPF

Für 2 Portionen

FUER DEN GEMUESEEINTOPF

- *1/2 l Fleischbruehe*
- *1 Karotte*
- *1/2 Steckruebe*
- *1/2 Sellerieknolle*
- *1 Bd. Blattpetersilie*
- *1/2 Stange Lauch*
- *2 Schalotten*
- *1 Zweig (o. getrockn.) Thymian*
- *Pfeffer, Salz und Muskat*

FUER DIE BRATKLOESSCHEN

- *100 g Schweinehack*
- *1 EL Wasser*
- *Salz, schwarzer Pfeffer*
- *Muskat*

Die Fleischbruehe zum Kochen bringen und das Gemuese gewuerfelt nacheinander in die Bruehe geben. Erst den Thymianzweig, die Karotte, Steckruebe und Sellerieknolle und nach 15 Minuten den Lauch und die Schalotten dazugeben. Einen Hauch Muskat hineinreiben.

Nach 20 Minuten ist alles fertig. Dann die feingehackte Petersilie dazugeben. Mit Salz und Pfeffer wuerzen.

Wer will, kann Bratkloesschen zugeben.

Dafuer das Hackfleisch in eine Schuessel geben. Etwas Wasser, zwei Messerspitzen Salz, etwas Pfeffer und Muskat dazumischen. Alles solange kneten, bis eine zaehe Masse entsteht. Die Kloesschen sind nach ca.10 Minuten gar. Sie kommen zusammen mit dem Lauch in der mittleren Phase der Zubereitung in den Topf.

Bei frischem Fleisch sind keine Eier zum Binden noetig. Deshalb beim Einkauf darauf achten, dass es sich um frisches Fleisch handelt!

Stichworte	Eintopf, Gemuese, Suppe

GURKENSUPPE MIT LILIENBLUETEN

Für 6 Portionen

Zutaten

- *20 g Getrocknete Lilienblueten*
- *1 Salatgurke*
- *3 Tomaten*
- *1 Bd. Schnittlauch*
- *1 1/4 l Gemuesebruehe*
- *2 EL Helle Sojasauce*
- *1 TL Salz*
- *1 TL Sesamoel*
- *Schwarzer Pfeffer, f.a.d.M.*
- *26 kcal/Portion*
- *110 kJ/Portion*

Lilienblueten in warmem Wasser einweichen, geschaelte und entkernte Gurke in mittlere Stuecke schneiden, Tomaten vierteln, Schnittlauch fein hacken. Gemuesebruehe (muss nicht selbstgemacht sein) aufkochen.

Lilienblueten abtropfen lassen und von harten Enden befreien, zum Buendel geknotet mit den Gurkenstuecken in der Bruehe schwach koecheln lassen.

Tomaten, Sojasauce und Salz hinzugeben und etwa 3 Minuten mitkoecheln lassen. Sesamoel einruehren, mit Schnittlauch und Pfeffer bestreuen.

Stichworte	Eintopf, Gemuese, Suppe

Suppe, Eintopf, Gemuese, Italien

MINESTRONE

MINESTRONE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *100 g Getr. weisse Bohnen*
- *200 g Durchwachsenen Speck*
- *2 Zwiebeln*
- *1 Knoblauchzehe*
- *1 Stange Lauch*
- *2 Karotten*
- *2 Kartoffeln*
- *1 Zucchini*
- *100 g Gruene Bohnen*
- *100 g Erbsen*
- *4 Tomaten*
- *1 Bd. Petersilie*
- *2 EL Butter*
- *1 l Fleischbruehe*
- *50 g Parmesankaese*

Weisse Bohnen ueber Nacht einweichen. Das Gemuese wuerfeln und Petersilie hacken. Speck in Streifen schneiden, Butter zerlassen und den Speck darin auslassen.

Zwiebeln und Knoblauch zugeben, anduensten. Gemuese und Petersilie zufuegen und unter Ruehren anduensten. Mit Bruehe auffuellen, 1 Std. bei schwacher Hitze kochen. Vor dem Servieren den Kaese darueberstreuen.

Stichworte	Eintopf, Gemuese, Italien, Suppe

Suppe, Eintopf, Gemuese, Schinken

SCHINKENKLOESSE MIT EINTOPF

SCHINKENKLOESSE MIT EINTOPF

Für 1 Rezept

Zutaten

- *2 Junge Kohlrabi*
- *4 Moehren*
- *200 g TK-Erbsen*
- *1 l Bruehe*
- *50 g Schinken*
- *2 Broetchen*
- *1/4 l Milch*
- *1 EL Butter*
- *2 Eier; getrennt*
- *Salz*
- *Thymian*
- *Petersilie*

Kruste von den Broetchen reiben. Dann Broetchen in Scheiben schneiden und in der Milch einweichen. Schinken in kleine Wuerfel schneiden, Butter schaumig ruehren und mit den Broetchen, Eigelb, Schinken, Salz und Thymian mischen.

Eiweiss zu Schnee schlagen und unter die Masse ziehen.

Kleine Kloesschen formen, in die kochende Bruehe legen und 5-8 Min. darin ziehen lassen. Herausnehmen, abtropfen lassen und zur Seite stellen.

Kohlrabi und Moehren schaelen und in duenne Scheiben schneiden. Die angetauten Erbsen und das restliche Gemuese in die Bruehe geben und garkochen. Mit Kraeutern wuerzen und die Kloesschen zugeben.

Stichworte	Eintopf, Gemuese, Schinken, Suppe

Suppe, Eintopf, Gemuese, Wurst

FRANKFURTER TOPF

WURST-GULASCH "CARAMBA"

FRANKFURTER TOPF

Für 1 Rezept

Zutaten

- *75 g Doerrfleisch*
- *1 Tasse Weisse Bohnen*
- *Suppengruen*
- *1 Karotte*
- *2 Kartoffeln*
- *1 Paar Frankfurter*
- *Salz und Pfeffer*
- *Apfelessig*
- *Kraeuter; gehackt*

Die eingeweichten Bohnen, das Doerrfleisch, die kleingeschnitte Karotte und das Suppengruen eine halbe Stunde vorkochen.

Am naechsten Tag die rohen Kartoffeln gewuerfelt dazugeben und garkochen. Mit Pfeffer, Salz und Essig abschmecken. Speck in Streifen schneiden, in den Topf geben und mit den Kraeutern ueberstreuen. Noch einmal 30 Minuten kochen.

Stichworte	Eintopf, Gemuese, Suppe, Wurst

WURST-GULASCH "CARAMBA"

Für 6 Portionen

Zutaten

- *250 g Gruene Bohnen*
- *300 g Karotten*
- *2 Gemuesezwiebeln*
- *1 EL Butter oder Margarine*
- *1/2 l Bruehe*
- *250 ml Curry-Ketchup; oder Tomaten-Ketchup*
- *1 klein. Rote Paprikaschote*
- *1 klein. Gelbe Paprikaschote*
- *4 Bockwuerste*
- *400 g Dose Kidney-Bohnen*
- *Salz, Pfeffer*
- *Paprikapulver*
- *Cayennepfeffer*

Bohnen putzen, waschen und in Stuecke schneiden, Karotten schaelen und in Scheiben schneiden. Zwiebeln abziehen und grob wuerfeln. Butter oder Margarine erhitzen und vorbereitetes Gemuese darin ca. 5 Minuten duensten. Bruehe und Ketchup zugeben und ca. 15 Minuten zugedeckt garen. Paprikaschoten halbieren, putzen waschen und in Streifen, Bockwuerste in Scheiben schneiden. Beides zusammen mit den roten Bohnen und deren Fluessigkeit zugeben. Pikant mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Cayennepfeffer abschmecken.

Stichworte	Eintopf, Gemuese, Suppe, Wurst

Suppe, Eintopf, Gulasch

BUNTE GULASCHSUPPE

BUNTE GULASCHSUPPE

Für 12 Portionen

Zutaten

- *3 Gemuesezwiebeln; 900 g*
- *2 kg Rindergulasch*
- *6 EL Oel*
- *Salz und Pfeffer*
- *2 Knoblauchzehen*
- *4 EL Mehl*
- *6 EL Tomatenmark*
- *3 EL Paprikapulver; rosenscharf*
- *1/4 l Rotwein*
- *2 l Bruehe (Instant)*
- *1 kg Paprikaschoten; gemischt rot, gruen, gelb*
- *850 g Dose Weisse Bohnen*

Zwiebeln wuerfeln. Fleisch in 5 El heissem Oel portionsweise scharf anbraten, salzen, pfeffern, herausnehmen.

Zwiebeln und durchgepressten Knoblauch mit 1 El Oel im Bratfett anduensten. Fleisch, Mehl, Tomatenmark und 2 El Paprikapulver dazugeben und kurz anschwitzen. Mit Wein abloeschen, etwas einkochen. Bruehe dazugiessen, salzen, pfeffern. Zugedeckt bei mittlerer Hitze 1,5 Stunden garen.

Die Paprikaschoten putzen und wuerfeln. Bohnen in einem Sieb abtropfen lassen. Beides 30 Min. vor Ende der Garzeit zur Suppe geben. Kraeftig mit Salz, Pfeffer und 1 El Paprikapulver abschmecken.

pro Port. ca. 447 kcal

Stichworte	Eintopf, Gulasch, Suppe

Suppe, Eintopf, Gulasch, Lauch

GULASCHSUPPE MIT GRATINIERTEM LAUCH

GULASCHSUPPE MIT GRATINIERTEM LAUCH

Für 2 Portionen

Zutaten

- *200 g Schweinehals*
- *200 g Zwiebeln*
- *1 Knoblauchzehe*
- *1 Kartoffel*
- *1 Lauchstange*
- *1 Altes Broetchen*
- *1 EL Weiche Butter*
- *1 TL Kuemmel*
- *1 EL Milden Rosenpaprika*
- *1 Rote Gemuesepaprika*
- *1 EL Olivenoel*
- *1/4 l Fleischbruehe*
- *Salz, Pfeffer*

Den Lauch wuerfeln, in Olivenoel anduensten und zur Seite stellen. Das Broetchen reiben und mit der Butter, dem gemahlenen Kuemmel und den Lauchwuerfeln vermischen. Pfeffern und salzen.

Das Fleisch und die Zwiebeln wuerfeln, pfeffern, salzen und in Olivenoel braun roesten.Die Paprikaschote ebenfalls wuerfeln, den Knoblauch zerquetschen und beides zum Fleisch geben. Mit der Bruehe auffuellen und 30 Min.gut durchkochen. Die Kartoffel in kleine Stuecke schneiden und mit dem Rosenpaprika dazugeben, weitere 15 Min. kochen lassen.

Gegen Ende der Garzeit ist die Suppe relativ dick. Die Suppe mit Pfeffer und Salz noch einmal abschmecken, in einer Terrine anrichten und mit der LauchBroetchen-Masse bestreuen, unter dem Grill 2 Min. ueberbacken.

Stichworte	Eintopf, Gulasch, Lauch, Suppe

Suppe, Eintopf, Haehnchen, Gemuese

FRUEHLINGSSUPPE

FRUEHLINGSSUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 Suppenhuhn a 1,2-1,5 kg*
- *1 Suppenbund*
- *2 Markknochen*
- *1 Zwiebel; angeschwaerzt*
- *1 Lorbeerblatt*
- *5 Wacholderkoerner*
- *5 Pfefferkoerner*

EINLAGE

- *1 kg Feldspinat*
- *5 Karotten; in Streifen*

KLOESSCHEN

- *200 g Kaese, gerieben*
- *2 Eigelb*
- *20 g Paniermehl*
- *2 EL Petersilie; gehackt*

Aus Suppenhuhn, Knochen, Suppenbund und Gewuerzen eine Bruehe kochen. Alles in kaltem Wasser aufsetzen, ohne Deckel aufkochen lassen, Schaum nicht abschaeumen! Dann leise koecheln lassen, Deckel drauf und 90 Minuten bei kleiner Hitze koecheln lassen. Das Eiweiss (Schaum) setzt sich ab und klaert die Suppe automatisch.

Nach der Garzeit Suppe durch ein Sieb giessen, Haehnchenfleisch ausloesen und wieder in die Bruehe geben. Bruehe salzen. Neue kleingeschnittene Moehren und den gewaschenen und getrockneten kleingezupften Spinat und Kloesschen dazugeben. Dazu Kaese mit Eigelb, Paniermehl und Petersilie schoen vermengen. Zuerst mit einer Gabel, dann mit den Haenden zu einer Wurst rollen, in Frischhaltefolie einpacken und ueber Nacht in den Kuehlschrank legen. Dann die Scheiben schneiden, Kugeln rollen und in die Suppe geben leicht durchziehen lassen. Kloesse am Vortag zubereiten!

Suppe mit etwas gemoerstem Pfeffer, ggf. noch einen Schuss Olivenoel auf den Teller geben.

Wichtig: : Suppe leise koecheln lassen. : Kloesschen am Vortag vorbereiten. : Spinat von Struenken befreien und trocknen.

Frischen Weisswein und Baguette dazu servieren. Vielleicht ein Riesling aus dem Rheingau.

Stichworte	Eintopf, Gemuese, Haehnchen, Suppe

Suppe, Eintopf, Karotte, Kartoffel

KAROTTENSUPPE

KAROTTENSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *300 g Karotten*
- *200 g Kartoffeln*
- *2 Zwiebeln*
- *1 Lorbeerblatt*
- *2 Nelken*
- *1 l Bruehe*
- *Salz, Pfeffer*
- *Sahne zum Abschmecken*
- *Kraeuter nach Belieben*

Karotten und Kartoffeln schaelen und in Scheiben schneiden. Die Karotten zusammen mit den Zwiebeln andaempfen, Kartoffeln zufuegen und mit dem Lorbeerblatt und den Nelken in der Bruehe weichkochen. Wenn man moechte, das Gemuese mit dem Mixstab puerieren. Mit Salz und Pfeffer wuerzen und mit Sahne verfeinern. Vor dem Servieren feingehackte Kraeuter darueberstreuen.

Stichworte	Eintopf, Karotte, Kartoffel, Suppe

Titel - Rubrik - Stichworte

Suppe, Eintopf, Kartoffel

KARTOFFELSUPPE MIT PARMESAN

KARTOFFELSUPPE MIT PARMESAN

Für 4 Portionen

Zutaten

- *3 mittl. Kartoffeln*
- *1 l Rinderbruehe o. Milch*
- *1 Schalotte*
- *1/4 Stange Lauch*
- *20 g Butter*
- *1 Schuss Muskat*
- *1 Knoblauchzehe; zerdrueckt*
- *1 Schuss Majoran*
- *1 Prise Sahne*
- *50 g Parmesan*
- *Petersilie*
- *Salz und Pfeffer*

Die Schalotte wuerfeln, den Lauch in Scheiben schneiden und in einem Topf mit der Butter glasig duensten. Die rohen Kartoffeln schaelen, in Scheiben schneiden und mit anschwitzen, aber ohne dass sie braun werden.

Mit der Bruehe auffuellen, den Knoblauch und den Majoran hinzu und alles 20 Min. gut durchkochen. Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken, mit der Sahne verfeinern und mit dem Mixstab gut durcharbeiten. Parmesan mit einem Messer in Spaene schneiden und mit den Petersilieblaettchen hineinstreuen und auftragen.

Stichworte	Eintopf, Kartoffel, Suppe

Suppe, Eintopf, Kartoffel, Bohne, Tomate

SOUPE AU PISTOU

SOUPE AU PISTOU

Für 4 Portionen

Zutaten

- *150 g Kartoffeln*
- *2 Zucchini*
- *100 g Gruene Bohnen*
- *2 Tomaten*
- *2 Zwiebeln*
- *3 EL Olivenoel*
- *150 g Weisse Bohnenkerne; frisch*
- *2 Zweige Bohnenkraut*
- *50 g Makkaroni*
- *Salz*
- *Cayennepfeffer*

FUER DAS PISTOU

- *3 Knoblauchzehen*
- *1 Bd. Basilikum*
- *50 g Parmesan; gerieben*
- *3 EL Olivenoel*
- *Salz*

Geschaelte Kartoffeln und gewaschene Zucchini wuerfeln. Die geputzten Bohnen in kurze Stuecke brechen. Die Tomaten haeuten und vierteln. Zwiebeln schaelen, in Streifen schneiden und im Oel anduensten. Kartoffeln, Bohnenkerne- und Kraut zugeben, mit 1l Wasser auffuellen und mit Salz und Cayennepfeffer wuerzen. 15 Minuten kochen lassen.

Zucchini, Bohnen, Tomaten und in Stuecke gebrochene Makkaroni zugeben und 15 Minuten mitkochen. Inzwischen den geschaelten Knoblauch wuerfeln und mit etwas Salz zerreiben. Basilikumblaetter abzupfen, fein hacken und mit dem Parmesan sowie dem Knoblauch vermischen. Das Oel darunterschlagen. 1 EL Pistou in jeden Teller geben und die Suppe ohne das Bohnenkraut daruebergiessen.

Stichworte	Bohne, Eintopf, Kartoffel, Suppe, Tomate

Suppe, Eintopf, Kartoffel, Brot, Wurst

KARTOFFELSUPP

KARTOFFELSUPP

Für 1 Rezept

Zutaten

- *500 g Kartoffeln*
- *3 groß. Gelbe Rueben*
- *40 g Fett*
- *1 groß. Zwiebel*
- *2 Knoblauchzehen*
- *1 Bd. Petersilie*
- *2 EL Mehl*
- *Wasser; nach Bedarf*
- *1 Fleischbruehwuerfel*
- *Salz und Pfeffer*
- *2 Scheib. Toastbrot oder Weissbrot*
- *2 Rote Wuerste*

Kartoffeln und Rueben schaelen und wuerfeln. Zwiebel, Knoblauch und Petersilie (etwas zum Bestreuen beiseite stellen) fein hacken. Alles in 30 g heisses Fett geben und duensten. Mit Mehl bestaeuben, mit Wasser abloeschen und 40 Min. durchkochen. Danach durch ein Sieb streichen, wieder erhitzen und mit Bruehwuerfel, Salz und Pfeffer abschmecken.

Brot in kleine Wuerfel schneiden und im restlichen Fett roesten, Wurst in Scheiben schneiden. Beides unterheben und mit gehackter Petersilie bestreuen.

Stichworte	Brot, Eintopf, Kartoffel, Suppe, Wurst

Suppe, Eintopf, Kartoffel, Gemuese, Wurst

KARTOFFELEINTOPF

KARTOFFELEINTOPF

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 Stange Lauch*
- *1/2 Sellerie*
- *2 Zwiebeln*
- *3 Karotten*
- *120 g Durchwachsener Speck*
- *1 kg Kartoffeln*
- *4 Wiener Wuerstchen*
- *4 Scheib. Weissbrot*
- *4 EL Oel*
- *1 l Fleischbruehe*
- *1/4 l Sahne*
- *1 Lorbeerblatt*
- *Salz und Pfeffer*
- *Wacholderbeeren*

Brot in Wuerfel schneiden und in Oel anroesten. Kartoffeln und Gemuese putzen. Kartoffeln und Moehren in Scheiben, Lauch in Ringe, Zwiebeln in Wuerfel und Sellerie in Stifte schneiden. Speck in Streifen schneiden und in etwas Oel auslassen. Gemuese zufuegen und anduensten. Kartoffelscheiben zugeben und wuerzen. Fleischbruehe daruebergiessen und eine halbe Stunde kochen lassen.

Wuerste kleinschneiden und mit der Sahne zufuegen. Vor dem Servieren die geroesteten Brotwuerfel dazugeben.

Stichworte	Eintopf, Gemuese, Kartoffel, Suppe, Wurst

Suppe, Eintopf, Kartoffel, Karotte

SOMMERLICHER KARTOFFELTOPF

SOMMERLICHER KARTOFFELTOPF

Für 4 Portionen

Zutaten

- *400 g Ochsenbein*
- *1 Lobeerblatt*
- *1 TL Pfefferkoerner*
- *1 TL Wacholderbeeren*
- *600 g Kartoffeln; neue Ernte*
- *250 g Moehren*
- *350 g Kohlrabi*
- *1 Bd. Petersilie*
- *150 g Erbsen*
- *Pfeffer und Salz*

Ochsenfleisch mit 1 1/2 l kaltem Wasser und Salz, Lorbeerblatt, den Pfefferkoernern und den Wacholderbeeren zum Kochen bringen, mehrmals abschaeumen. Bei schwacher Hitze 1 3/4 Std. ohne Deckel garen. Dann das Fleisch herausnehmen, vom Knochen loesen, in Wuerfel schneiden.

Waehrend das Fleisch gart, das Gemuese putzen und wuerfeln. Von den Kartoffeln ca.100 g in etwas Wasser beiseite legen. Bruehe durch ein Sieb zurueck in den Topf giessen. Das Gemuese darin 20 Min. bei schwacher Hitze garen. Die Erbsen 5 Min.vor Garzeitende dazugeben.

Die beiseite gelegten Kartoffeln fein reiben, mit dem gewuerfelten Fleisch zum Eintopf geben, einmal aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen, Petersilie dazugeben.

Stichworte	Eintopf, Karotte, Kartoffel, Suppe

Suppe, Eintopf, Kartoffel, Wurst

SAURE RAEDLE

SAURE RAEDLE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 kg Kartoffeln; mehligkochend*
- *1/2 l Fleischbruehe*
- *1 mittl. Zwiebel*
- *1 Lorbeerblatt*
- *2 Gewuerznelken*
- *Einige Wacholderbeeren*
- *2 EL Obstessig*
- *Salz*
- *Weisser Pfeffer*
- *3 EL Creme fraiche*
- *8 Saitenwuerste*

Die Kartoffeln waschen, schaelen und in nicht zu duenne Scheiben schneiden. Die Fleischbruehe aufkochen. Die Zwiebel schaelen und halbieren. Je eine Haelfte mit dem Lorbeerblatt und den Gewuerznelken spicken. Zusammen mit den Kartoffeln und den Wacholderbeeren in die Bruehe geben und etwa 15 Minuten bei schwacher Hitze koecheln lassen.

Die Kartoffelraedle mit dem Obstessig, Salz und Pfeffer wuerzen und mit der Creme fraiche verfeinern.

Wasser in einem Topf erhitzen, die Saitenwuerste darin erwaermen, aber nicht kochen lassen.

: 1700 kJ/400 kcal, 17 g Eiweiss, 23 g Fett, 32 g Kohlenhydrate

Stichworte Eintopf, Kartoffel, Suppe, Wurst

Suppe, Eintopf, Kasseler, Gemuese

HERBSTLICHER GEMUESEEINTOPF

HERBSTLICHER GEMUESEEINTOPF

Für 1 Rezept

Zutaten

- *200 g Fenchel*
- *500 g Weisskraut*
- *2 Zwiebeln*
- *300 g Bohnen*
- *500 g Kasseler*
- *1/4 l Trockener Weisswein*
- *3/4 l Gemuesebruehe*
- *3 EL Oel*
- *1 Lorbeerblatt*
- *4 Wacholderbeeren*
- *1/2 TL Kuemmel*

Fenchel putzen, grob wuerfeln. Zwiebeln schaelen und in Ringe schneiden. Weisskraut in Streifen schneiden. Bohnen in 3 cm grosse Stuecke brechen. Kasseler in Wuerfel schneiden.

Fleischwuerfel in Oel anbraten. Gemuese und Gewuerze zugeben, zusammen 10 Min. erhitzen. Wein angiessen, einkochen lassen. Bruehe zugiessen, wuerzen. Zugedeckt 20 Min. kochen lassen.

Stichworte	Eintopf, Gemuese, Kasseler, Suppe

Suppe, Eintopf, Kichererbse, Kuerbis

EINTOPF NACH ART DER KANAREN

EINTOPF NACH ART DER KANAREN

Für 4 Portionen

Zutaten

- *300 g Getrocknete Kichererbsen*
- *Olivenoel*
- *500 g Rinderbrust*
- *250 g Frischer Speck*
- *2 Blutwuerste (Morcillas)*
- *2 Paprikawuerste (Chorizos)*
- *200 g Kuerbis*
- *5 Kartoffeln*
- *2 Suesskartoffeln (Boniatos)*
- *2 Maiskolben*
- *1 groß. Birne*
- *200 g Gruene bohnen*
- *250 g Weisskohl*
- *3 Knoblauchzehen*
- *2 Gewuerznelken*
- *10 Safrannarben oder*
- *1 TL Safranpulver*
- *Salz*

Die Kicherbsen ueber Nacht in Wasser einweichen. Olivenoel in einem Topf erhitzen. Das in mundgerechte Stuecke geschnittene Fleisch, den Speck und die Wuerste darin anbraten. Die Kichererbsen abgiessen, zum Fleisch geben und alles mit Wasser bedecken. Eine Stunde kochen. Ab und zu den Schaum abschoepfen. Inzwischen den Kuerbis, die Kartoffeln, die Suesskartoffeln, die Maiskolben, die Birne und die gruenen Bohnen waschen, putzen, kleinschneiden und in den Topf geben.

Nochmals mit Wasser auffuellen, bis alle Zutaten bedeckt sind. Den Weisskohl in einem separaten Topf blanchieren, abkuehlen lassen, die Struenke entfernen, in feine Streifen schneiden und zum Eintopf geben. Knoblauch, Gewuerznelken und Safranfaeden in einen Moerser geben und mit dem Stoessel zu einer Paste verarbeiten, eine halbe Kelle Bruehe hinzufuegen, gut durchruehren und in den Eintopf geben.

Salzen und weitere 25 Minuten koecheln lassen.

Stichworte	Eintopf, Kichererbse, Kuerbis, Suppe

Suppe, Eintopf, Kuerbis, Wurst

KUERBIS-EINTOPF

KUERBIS-EINTOPF

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 Kuerbis a ca. 5 kg*
- *200 g Zwiebeln*
- *2 Rote Chilischoten*
- *1 Knoblauchzehe*
- *200 g Cabanossi oder Hackfleisch*
- *1 Bd. Glatte Petersilie*
- *2 EL Oel*
- *2 EL Tomatenmark*
- *600 ml Gemuesebruehe*
- *1 EL Dunkler Saucenbinder*
- *150 g Mais (Dose)*
- *150 g Erbsen (TK)*
- *Salz*

Kuerbisdeckel abschneiden, Kuerbis aushoehlen, entkernen und das Fruchtfleisch (ca. 400 g) wuerfeln. Zwiebeln wuerfeln, Chilischoten entkernen und fein hacken. Kuerbisfleisch und Zwiebeln in heissem Oel 3-4 Min. anduensten.

Chili, durchgepressten Knoblauch und Tomatenmark dazugeben und mit der Bruehe acht Min. kochen. Dann mit dem Saucenbinder andicken. Mais, Erbsen, die in Scheiben gschnittene Cabanossi und Petersilie untermengen, salzen und fuenf Minuten durchziehen lassen.

Sehr dekorativ sieht es aus, wenn Sie den Eintopf im ausgehoehlten Kuerbis servieren. Im Backofen koennen Sie ihn bei 200 Grad bis zu einer halben Stunde warmhalten.

Pro Portion ca. 322 kcal

Stichworte	Eintopf, Kuerbis, Suppe, Wurst

Suppe, Eintopf, Lamm

IRISH STEW (NORDTEXT)

LAMM-EINTOPF

SCHOTTENSUPPE

IRISH STEW (NORDTEXT)

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 Weisskohl, a 1,2-1,5 kg*
- *1800 g Lammfleisch ohne Knochen*
- *4 Moehren*
- *4 Zwiebeln*
- *6 Kartoffelknollen*
- *1 l Fleischbruehe*
- *1 1/2 TL Kuemmel*
- *2 Knoblauchzehen*
- *50 g Butter*
- *Butterschmalz; zum Anbraten*
- *1 Bd. Bohnenkraut*
- *Pfeffer, Salz*
- *Zitrone*

Weisskohl vierteln - Strunk entfernen, in Streifen schneiden und in kochendem Salzwasser 3 Min. abkochen - abgiessen, mit kaltem Wasser abschrecken und mit einem Handtuch trocknen.

Lammfleisch vom Metzger in mundgerechte Stuecke schneiden - grobes Fett entfernen. Oder eine Lammschulter kaufen und Fleisch selbst ausloesen und aus den Knochen mit einem Suppenbund und Gewuerzen eine Bruehe kochen.

Kartoffeln, Moehren und Zwiebeln schaelen und in Scheiben schneiden.

Kuemmel und Knoblauch mit einem Kochmesser zusammen klein hacken, fast matschig. Bohnenkraut hacken. Fleisch salzen und pfeffern und in Butterschmalz von allen Seiten anbraten.

Nun alles in einen Topf schichten. Zuerst Kohl, dann Fleisch, Kartoffeln, Moehren und Zwiebeln, jede Schicht mit Kuemmel, Knobi und Bohnenkraut wuerzen, so lange bis alle Zutaten aufgebraucht sind, mit Kohl enden.

Alles mit Bruehe aufgiessen - wer moechte kann auch zwischendurch die einzelnen Schichten begiessen, und alles in den 220 Grad heissen Backofen fuer 1 1/2 Stunden - danach Butter dazu und auf den Teller mit Zitrone und gemoersten Pfeffer abschmecken.

Dazu passt ein Dolcetto d'Alba von Giovanne Vibertie aus dem Piemont.

Stichworte	Eintopf, Lamm, Suppe

LAMM-EINTOPF

Für 2 Portionen

Zutaten

- *1 Lammschulter*
- *1/2 l Rinderfond*
- *3/4 l Rotwein; trocken*
- *2 Zwiebeln*
- *50 g Schinkenspeck*
- *2 Kartoffeln*
- *2 Moehren*
- *1 Stange Lauch*
- *1/4 Sellerieknolle*
- *10 Knoblauchzehen; ungeschaelt*
- *1 EL Tomatenmark*
- *1 Rosmarinzweig*
- *Thymian*
- *250 g Weisse Bohnen; eingeweicht*
- *Bohnenkraut*
- *2 EL Geschlagene Sahne*
- *Butterschmalz*
- *Salz, Pfeffer*

Falls noetig, Fett von der Lammschulter schneiden. Das Fleisch salzen, pfeffern, in Butterschmalz von allen Seiten braun anbraten, in einen Braeter legen.

Zwiebel und Schinken klein schneiden, in der Pfanne leicht braeunen und zum Fleisch geben. Gemuese fein schneiden, im restlichen Fett roesten. Mit dem Fond abloeschen, Rotwein, Knoblauchzehen, Tomatenmark, Rosmarin und Thymian zum Fleisch geben. 60 Min.im auf 170 Grad vorgeheizten Backofen garen. Fleisch zwischendurch begiessen.

Nach 60 Min.die gewuerfelten Kartoffeln und die eingeweichten Bohnen mit Bohnenkraut dazugeben, weitere 30 Min.garen. Dann das Fleisch portionieren und warmstellen.

Abschmecken, die Sahne unterziehen und das Fleisch wieder dazugeben.

Stichworte	Eintopf, Lamm, Suppe

SCHOTTENSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *250 g Lammfleisch*
- *2 Zwiebeln*
- *1 Stange Lauch*
- *2 Moehren*
- *2 EL Butter*
- *1 1/4 l Bruehe*
- *1 EL Fadennudeln*
- *Pfeffer*
- *Oregano*
- *Lorbeerblatt*

Fleisch wuerfeln. Zwiebeln schaelen und fein hacken. Lauch putzen und in duenne Ringe schneiden. Moehren schaelen und klein wuerfeln. Butter erhitzen, Zwiebeln und Fleisch darin anbraten. Gemuese zugeben und alles 2 Min.weiter duensten.

Mit Bruehe auffuellen, wuerzen und bei mittlerer Hitze 50 Min. kochen. Nudeln zugeben und 10.Min. ziehen lassen. Mit Petersilie bestreut servieren.

Stichworte	Eintopf, Lamm, Suppe

Suppe, Eintopf, Linse

ASIATISCHE LINSENSUPPE

FRANKFURTER LINSESUPP

ASIATISCHE LINSENSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *500 g Linsen (festkochend)*
- *2 Schalotten; gehackt*
- *1 Bd. Frischer Koriander*
- *3 Karotten; in feine Scheiben geschnitten*
- *klein. Sesamoel*
- *1 l Rinderbruehe*
- *1/4 l Rotwein*
- *Zitronenblaetter aus dem Asiamarkt*
- *2 Zimtstangen*
- *2 Rote Chili-Schoten; in feine Ringe geschnitten*
- *3 Knoblauchzehen*
- *2 Rohe Kartoffeln; zum Reiben*
- *2 1/2 EL Tomatenmark*
- *1 EL Dijon-Senf*
- *Zucker, Pfeffer*

Linsen in ungesalzenem Wasser mit den Zitronenblaettern gar kochen und abschuetten. Zwiebeln in Sesamoel anschwitzen, mit Wein abloeschen. Dann Linsen, Rinderbruehe, Zimtstangen, Chili und Karotten zugeben und auf kleiner Flamme ca. 7 Minuten erwaermen.

Mit Zucker und Pfeffer abschmecken, Knoblauchzehen reinpressen und Dijon-Senf zufuegen. Tomatenmark und grob geriebene Kartoffeln zugeben und weitere 5 Minuten auf kleiner Flamme ziehen lassen. Zimtstangen und Zitronenblaetter entfernen, die Suppe in eine Terrine umfuellen. Vor dem Servieren kleingehackten Koriander unterheben.

Stichworte	Eintopf, Linse, Suppe

FRANKFURTER LINSESUPP

Für 1 Rezept

Zutaten

- *300 g Linsen*
- *1/2 l Wasser*
- *3 mittl. Zwiebeln*
- *1 Bd. Suppengruen*
- *200 g Speckschwarte*
- *1/2 l Fleischbruehe*
- *Salz & Pfeffer*
- *3 EL Essig*
- *1 EL Zucker*
- *100 g Fetter geraeucherter Speck*

Linsen am Vorabend in Wasser einweichen. Zwei Zwiebeln schaelen und vierteln. Suppengruen grob schneiden. Alles mit der Speckschwarte und Bruehe zu den Linsen ins Wasser geben und 45 Min. bei schwacher Hitze kochen. Dann Schwarte herausnehmen, die Suppe abschmecken und warm stellen.

Eine Zwiebel schaelen und klein wuerfeln. Den Speck in kleine Stuecke schneiden, zugeben und knusprig braun braten. Vor dem Servieren ueber die Suppe geben.

Stichworte	Eintopf, Linse, Suppe

Suppe, Eintopf, Linse, Cabanossi

LINSENEINTOPF MIT CABANOSSI

LINSENEINTOPF MIT CABANOSSI

Für 4 Portionen

Zutaten

- *500 g Getrocknete Tellerlinsen*
- *1 klein. Schinkenknochen*
- *2 1/4 l Instant-Rinderbruehe*
- *1/2 Bd. Majoran*
- *1 TL Zitronenschale; gerieben*
- *1 Knoblauchzehe*
- *2 EL Tomatenmark*
- *1 Bd. Suppengruen*
- *300 g Cabanossi*
- *400 g Zwiebeln*
- *2 EL Butterschmalz*
- *4 EL Weinessig*
- *Pfeffer*
- *1/2 Bd. Petersilie*

Linsen mit Schinkenknochen und Bruehe aufkochen. Nach 15 Min.den Knochen herausnehmen und gewuerfeltes Suppengruen hineingeben. Majoran fein hacken, mit gepresstem Knoblauch und Zitronenschale mischen, ebenfalls hinzugeben.

Suppe noch weitere 15 Min.koecheln. Die Cabanossi in Scheiben schneiden. Zwiebeln pellen, halbieren und in feine Streifen schneiden, im Butterschmalz 8-10 Min. goldbraun braten. Cabanossi zum Eintopf geben, mit Essig und Pfeffer wuerzen.

Den Linseneintopf mit gebratenen Zwiebeln und der gehackten Petersilie bestreuen und servieren.

Pro Portion ca.569 kcal

Stichworte	Cabanossi, Eintopf, Linse, Suppe

Suppe, Eintopf, Linse, Kartoffel

LINSENEINTOPF

LINSENEINTOPF

Für 1 Rezept

Zutaten

- *500 g Linsen*
- *750 g Kartoffeln*
- *100 g Durchwachsener Speck*
- *2 groß. Zwiebeln*
- *3 TL Gekoernte Bruehe*
- *1 TL Salz*
- *1 TL Zucker*
- *2 EL Essig*
- *1 EL Oel*

Linsen in reichlich kaltem Wasser mit Bruehe, Salz und Zucker auf kleiner Flamme zum Kochen bringen. Sobald die Linsen kochen, Essig zugeben und 1 Stunde garen. Geschaelte Kartoffeln in Wuerfel schneiden und in Salzwasser garen. Zwiebeln wuerfeln, Speck in Streifen schneiden und beides in Oel anroesten. Linsen, Kartoffeln, Zwiebeln und Speck mischen, mit Essig, Salz, Zucker abschmecken.

Dazu: Bartwuerste oder Kochwuerste in Scheiben geschnitten.

Stichworte	Eintopf, Kartoffel, Linse, Suppe

Suppe, Eintopf, Mangold

BUNTER GEMUESETOPF MIT FLEISCHKLOESSEN

BUNTER GEMUESETOPF MIT FLEISCHKLOESSEN

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 klein. Staudensellerie*
- *1 Staude Mangold (ca.500 g)*
- *1/2 Bd. Karotten (ca.200 g)*
- *1 Bd. Lauchzwiebeln*
- *3 mittl. Tomaten*
- *4 EL Oel*
- *1 Becher TK-Fleischkloesschen*
- *1 l Bruehe*
- *Salz*
- *Pfeffer*

Gemuese putzen, waschen und kleinschneiden. Tomaten waschen und achteln. Oel erhitzen und die Fleischkloesschen darin anbraten und herausnehmen. Karotten und Sellerie zufuegen, kurz anduensten und mit Bruehe abloeschen. Aufkochen und ca. 15 Minuten garen. Nach ca. 10 Minuten Mangold, Lauchzwiebeln und Fleischkloesschen in den Eintopf geben.

Die Tomatenspalten erst 1 Min. vor Ende der Garzeit mit erhitzen. Eintopf mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pro Portion ca. 380 kcal/1590 kJ

Stichworte	Eintopf, Mangold, Suppe

Suppe, Eintopf, Reis, Wirsing

DICKE REISSUPPE MIT WIRSING

DICKE REISSUPPE MIT WIRSING

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 klein. Kopf Wirsing*
- *60 g Schinkenspeck*
- *1 Zwiebel*
- *2 EL Oel*
- *1 1/2 l Fleischbruehe*
- *2 EL Petersilie; gehackt*
- *200 g Reis*
- *Salz und Pfeffer*

Wirsing zerteilen. Die Stiele entfernen, waschen, gut abtropfen lassen. Schinkenspeck wuerfeln, Zwiebeln wuerfeln. In einem Topf das Oel erhitzen, Speck darin auslassen. Zwiebeln zufuegen und glasig duensten.

Mit 1/4 l Bruehe abloeschen. Wirsing zugeben und anduensten. Mit der restlichen Bruehe aufgiessen und den Reis zugeben. Nach ca. 25 min wuerzen. Petersilie darueberstreuen.

Stichworte	Eintopf, Reis, Suppe, Wirsing

Suppe, Eintopf, Rind, Graupe

GRAUPENEINTOPF MIT OCHSENBRUST

GRAUPENEINTOPF MIT OCHSENBRUST

Für 2 Portionen

Zutaten

- *400 g Ochsenbrust*
- *200 g Graupen*
- *2 klein. Karotten*
- *1 klein. Steckruebenknolle*
- *1 Gemuesezwiebel*
- *1 1/2 l Fleischbruehe; in der die*
- *Ochsenbrust gekocht wurde*
- *2 Stangen Lauch*
- *1 Bd. Frischer Majoran*
- *1 Bd. Schnittlauch*
- *Balsam-Essig*
- *Muskat*
- *Salz, Pfeffer*
- *Pflanzenfett*

Das Stueck Ochsenbrust mit dem Suppengruen in Wasser so lange kochen, bis das Fleisch gar ist. Danach die Graupen nach Packungsangabe in Wasser so lange kochen, bis sie bissfest sind.

Karotten und Steckruebe in gleichgrosse Wuerfel schneiden, Zwiebel feinhacken, Das Gemuese mit Zwiebel und Graupen in Pflanzenfett anschwitzen, ohne dass es Farbe annimmt. Mit Salz, Pfeffer aus der Muehle und Muskat wuerzen. Fleischbruehe und Balsamessig dazugeben und so lange koecheln, bis das Gemuese gar ist.

Ochsenbrust in Wuerfel schneiden, Lauch vierteln, in duenne Scheiben schneiden. Majoran hacken, Schnittlauch in Roellchen schneiden

Stichworte	Eintopf, Graupe, Rind, Suppe

Suppe, Eintopf, Rindfleisch, Gemuese

RINDFLEISCHTIP MIT GRUENEN BOHNEN

SCHARFER BOHNENEINTOPF

RINDFLEISCHTIP MIT GRUENEN BOHNEN

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 1/2 l Fleischbruehe*
- *500 g Rindfleisch*
- *500 g Kartoffeln*
- *500 g Bohnen*
- *300 g Tomaten*
- *1 klein. Dose Mischpilze*
- *125 ml Rotwein*
- *1 EL Petersilie; gehackt*
- *1/2 TL Salz*
- *1/2 TL Bohnenkraut*
- *1 Schuss Pfeffer*

Fleisch in 2 cm grosse Stuecke schneiden. Geschaelte Kartoffeln wuerfeln. Bohnen in kleine Stuecke brechen, Tomaten vierteln. Bruehe zum Kochen bringen. Fleisch darin 40 Min. kochen. Kartoffeln, Tomaten und Bohnen zufuegen, mit Salz, Pfeffer und Bohnenkraut wuerzen, weitere 30 Min. kochen lassen.

Abgetropfte Pilze unterheben, den Rotwein zugeben. 5 Min. auf kleiner Flamme weiterkochen. Mit Petersilie bestreut servieren.

Dazu: Butterbrot

Stichworte	Eintopf, Gemuese, Rindfleisch, Suppe

SCHARFER BOHNENEINTOPF

Für 1 Rezept

Zutaten

- *60 g Bohnenkerne*
- *125 g Mageres Rindfleisch*
- *1 klein. Zwiebel; gewuerfelt*
- *40 g Durchwachsenen Speck*
- *1/2 Paprika*
- *125 g Tomaten*
- *125 g Gruene Bohnen (aus der Dose)*
- *1 TL Chilipulver*
- *Salz und Pfeffer*

Bohnenkerne ueber Nacht einweichen. Rindfleisch und Speck in Wuerfel schneiden. Tomaten vierteln. Paprika in duenne Streifen schneiden.

Oel in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Speck darin leicht anroesten. Fleisch zufuegen und leicht anbraten.

Eingeweichte Bohnen in einen Topf geben und soviel Wasser zugeben, das alles bedeckt ist. ist. 1 1/2 Std. leicht kochen lassen. Tomaten und Paprika zufuegen, 20 Min. kochen lassen.

Gruene Bohnen und Gewuerze zugeben und aufkochen lassen, dann nochmals abschmecken.

Stichworte	Eintopf, Gemuese, Rindfleisch, Suppe

Suppe, Eintopf, Sauerkraut

SAUERKRAUTSUPPE

SAUERKRAUTSUPPE MIT KORIANDER

SAUERKRAUTSUPPE

Für 8 Portionen

Zutaten

- *200 g Sauerkraut*
- *1 Scheib. Durchw. Speck*
- *5 groß. Zwiebeln*
- *1 Gruene Paprika*
- *2 Gewuerzgurken*
- *200 g Gehacktes*
- *150 g Mett*
- *1 Tube Tomatenmark*
- *1 Tube Paprikamark ersatzweise 1 Glas eingelegte*
- *Paprika puerieren*
- *Salz, Pfeffer*
- *Fleischbruehe*
- *200 g Creme fraiche*
- *Milch oder Sahne*

Das Sauerkraut kleinschneiden. Speck wuerfeln, im Topf glasig braeunen. Zwiebeln wuerfeln, im Speck duensten. Paprika und Gewuerzgurken kleinschneiden.

Gehacktes und Mett in einer Extrapfanne kruemelig anbraten, in den Topf zu den Zwiebeln und dem Speck geben.

Sauerkraut, Paprika, Gewuerzgurken, Tomatenmark, Paprikamark zugeben, gut durchmischen. Mit Salz und Pfeffer wuerzen, mit Fleischbruehe auffuellen, gut durchkochen lassen.

Creme fraiche mit Milch oder Sahne glattruehren, zur Suppe reichen.

Stichworte	Eintopf, Sauerkraut, Suppe

SAUERKRAUTSUPPE MIT KORIANDER

Für 2 Portionen

Zutaten

- *80 g Sauerkraut*
- *20 g Gewuerfelten Speck*
- *1/2 Zwiebel; fein gehackt*
- *3/4 l Gemuesebruehe*
- *1 Knoblauchzehe; gequetscht*
- *1 TL Koriander; frisch gestossen*
- *1 EL Butter*
- *1 Bd. Petersilie*
- *Grober schwarzer Pfeffer*
- *Salz*
- *1 TL Mehl*

Speck und Zwiebeln in einer Pfanne anduensten und anschliessend in einen Topf geben. Dazu 1 TL Mehl, das man vermischt und etwas erhitzt. Dann Sauerkraut und schliesslich Bruehe Koriander und etwas Pfeffer zugeben. Fuenf Minuten kochen, salzen. Petersilie untermischen und Geroestl daraufgeben.

Stichworte	Eintopf, Sauerkraut, Suppe

Titel - Rubrik - Stichworte

Suppe, Eintopf, Sauerkraut, Wurst, Kasseler

SAUERKRAUTEINTOPF

SAUERKRAUTEINTOPF

Für 4 Portionen

Zutaten

- *800 g Kartoffeln*
- *500 g Sauerkraut*
- *2 Zwiebeln*
- *150 g Speck*
- *1/4 l Bruehe*
- *1/4 l Wein*
- *4 Bauernbratwuerste*
- *4 Kasslerrippen*
- *2 Wacholderbeeren*
- *1 Lorbeerblatt*
- *1 EL Oel*
- *Salz und Pfeffer*

Kartoffeln schaelen, in Stuecke schneiden. Zwiebeln wuerfeln. Oel in einem grossen Topf erhitzen, Speckwuerfel darin auslassen, Zwiebeln zugeben und glasig duensten. Sauerkraut zugeben und abschmelzen.

Bruehe und Wein zugeben, wuerzen und bei milder Hitze 2 Std. koecheln lassen. Lorbeer herausnehmen, Wuerste, Rippe, Kartoffeln zugeben, 20 Min. kochen lassen.

Stichworte	Eintopf, Kasseler, Sauerkraut, Suppe, Wurst

Suppe, Eintopf, Schwein, Kohl

DEFTIGER KOHLTOPF

DEFTIGER KOHLTOPF

Für 1 Rezept

Zutaten

- *500 g Mageres Schweinefleisch*
- *1 klein. Weisskohl*
- *1/2 l Bruehe*
- *4 EL Oel*
- *2 EL Senf*
- *Kuemmel*
- *Salz und Pfeffer*
- *Wacholderbeeren*

Fleisch mit Senf duenn bestreichen und salzen. Kohl in mundgerechte Stuecke schneiden. Fleisch in Oel anbraten, herausnehmen. Kohl im Bratfett ca. fuenf Minuten unter Ruehren anroesten. Fleisch, Bruehe und Gewuerze zugeben. Im geschlossenen Topf 45 Minuten kochen. Minuten kochen lassen.

Dazu: Salzkartoffeln oder Nudeln und Tomatensalat

Stichworte	Eintopf, Kohl, Schwein, Suppe

Suppe, Eintopf, Spargel, Hase

EINTOPF VON GRUENEM UND WEISSEM SPARGEL MIT KANINCHEN

EINTOPF VON GRUENEM UND WEISSEM SPARGEL MIT KANINCHEN

Für 1 Rezept

Zutaten

- *2 Kaninchenkeulen a ca. 300 g*
- *Salz und Pfeffer*
- *2 EL Keimoel*
- *1 l Gemuesebouillon*
- *5 Stangen Weisser Spargel*
- *5 Stangen Gruener Spargel*
- *1 Karotte*
- *20 g Butter*
- *Einige Blaettchen Estragon gehackt*

Die gewuerzten Kaninchenkeulen in erhitztem Oel auf beiden Seiten anbraten. Mit 1/8 l Gemuesebouillon aufgiessen und zugedeckt 40 Minuten bei schwacher Hitze weichkochen. Nach und nach die restliche Bruehe zugiessen.

Weissen Spargel schaelen. Die Schalen nach 20 Minuten zu den Kaninchenkeulen geben und mitziehen lassen. Vom gruenen Spargel nur die holzigen Enden entfernen.

Beide Spargelsorten in mundgerechte Stuecke teilen. Moehren schaelen und in dicke Scheiben schneiden.

Kaninchenkeulen herausnehmen. Den Fond durch ein Sieb giessen und auffangen. Das Kaninchenfleisch von den Knochen loesen und in kleine Stuecke zerteilen. Gemuese im Fond bissfest garen. Danach den Fond wieder durch ein Sieb abgiessen und auffangen.

Mit Butterfloeckchen binden, dann Kaninchenfleisch und Gemuese in die Sauce geben. Estragon hinzufuegen, kurz ziehen lassen.

Kalorien pro Person: ca. 450 kcal.

Stichworte	Eintopf, Hase, Spargel, Suppe

Suppe, Eintopf, Speck, Gemuese

LE RATA AU LARD DE FERNANDE ("SPECKFRASS" A LA FERNANDE)

LE RATA AU LARD DE FERNANDE ("SPECKFRASS" A LA FERNANDE)

Für 1 Rezept

Zutaten

- *800 g Speck*
- *200 g Weisse Bohnen*
- *1 groß. Weisskohl*
- *500 g Karotten*
- *600 g Kartoffeln*
- *4 Zwiebeln*
- *4 Knoblauchzehen*
- *1 Bouquet garni; aus 2 Lorbeerblaetter*
- *4 Thymianzweige*
- *2 Stangen Lauch; das Gruen*
- *3 Stangen Bleichsellerie*
- *Salz, Pfeffer*

Die Bohnen in einer Schuessel mit kaltem Wasser 12 Stunden lang einweichen, dann abtropfen lassen. Den Kohl waschen, putzen und in dicke Scheiben schneiden. Die Kartoffeln schaelen und vierteln. Die Zwiebeln und den Knoblauch schaelen.

Den Speck in einen grossen Schmortopf legen, mit kaltem Wasser bedecken und zum Kochen bringen. Dabei mehrfach abschaeumen. Wenn die Bruehe klar ist, die Bohnen und das Bouquet garni hinzufuegen. Salzen und pfeffern. Zugedeckt bei schwacher Hitze 30 Min. koecheln lassen.

Dann Kohl, Karotten, Kartoffeln, Zwiebeln und Knoblauch hinzugeben. Eine weitere Stunde bei mildem Feuer koecheln lassen. Sobald das Gemuese gar ist, nochmals abschmecken und servieren.

Stichworte	Eintopf, Gemuese, Speck, Suppe

Suppe, Eintopf, Steckruebe, Mittelalter

STECKRUEBEN-EINTOPF

STECKRUEBEN-EINTOPF

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 Steckruebe*
- *1/2 Sellerieknolle*
- *4 Zwiebeln*
- *Fleischbruehe*
- *300 g Doerrfleisch*

Eine Steckruebe schaelen und grob wuerfen, dazu gewuerfelte Selleriestuecke und gehackte Zwiebeln in einem grossen Topf mit etwas Butterschmalz anschwitzen.

Das grob gewuerfelte Doerrfleisch dazugeben und mit Fleischbruehe auffuellen und den Eintopf saemig einkochen lassen. Beim Anrichten mit gehackter Petersilie bestreuen.

Stichworte	Eintopf, Mittelalter, Steckruebe, Suppe

Suppe, Eintopf, Teigware, Kartoffel, Fleisch

GAISBURGER MARSCH (MDR)

GAISBURGER MARSCH (MDR)

Für 6 Portionen

SPAETZLE

- *200 g Mehl*
- *50 g Hartweizengriess*
- *3 Eier*
- *1/2 TL Salz*

EINTOPF

- *1 1/2 l Wasser*
- *1 1/2 Wuerfel Klare Fleischsuppe*
- *500 g Rindfleisch*
- *250 g Kartoffeln*
- *200 g TK-Suppengemuese*
- *2 Zwiebeln*
- *1 EL Sonnenblumenoel*
- *1 Bd. Petersilie*

Spaetzle: Mehl in eine Schuessel sieben, mit Griess, Eiern, Salz und ca. vier Essloeffel lauwarmen Wasser zu einem glatten Teig verarbeiten, dabei solange schlagen, bis er Blasen wirft.

Reichlich Salzwasser zum Kochen bringen und Teig mit einem Spaetzlehobel hineinschaben. Ziehen lassen, bis die Spaetzle an die Oberflaeche steigen, mit einer Schaumkelle herausheben und auf einem Sieb abtropfen lassen.

Eintopf: 1 1/2 Liter Wasser zum Kochen bringen. Klare Fleischsuppe darin aufloesen. Rindfleisch zugeben und bei geringer Hitze zugedeckt ca. eine Stunde koecheln lassen. Kartoffeln schaelen, waschen und wuerfeln, mit Suppengemuese zugeben und weitere 15-20 Minuten zugedeckt garen.

Fleisch herausnehmen, wuerfeln und wieder zugeben. Zwiebeln abziehen und in Scheiben schneiden. Sonnenblumenoel erhitzen und Zwiebelscheiben darin braeunen.

Petersilie waschen, trockentupfen und hacken. Spaetzle auf Teller verteilen, Eintopf daruebergeben und mit Zwiebeln und Petersilie garnieren.

Stichworte	Eintopf, Fleisch, Kartoffel, Suppe, Teigware

Suppe, Eintopf, Wirsing

WIRSINGSUPPE MIT CURRY

WIRSINGTOPF

WIRSINGSUPPE MIT CURRY

Für 4 Portionen

Zutaten

- *500 g Wirsing*
- *300 g Kartoffeln*
- *40 g Butter*
- *1 "Kraeuterling" Petersilie-Knoblauch*
- *1 EL Currypulver*
- *1 l Klare Bruehe*
- *200 ml Schlagsahne*
- *2 EL Sonnenblumenkerne*
- *3 EL Oel*
- *Salz*
- *Pfeffer*

Wirsing putzen, vierteln, den Strunk herausschneiden. Kartoffeln schaelen, wuerfeln. Kartoffeln und 2/3 der Wirsingstreifen in der Butter anduensten.

Zerbroeselten Kraeuterling und Curry zum Gemuese geben, kurz anschwitzen. Mit Bruehe aufgiessen, 20 Min. zugedeckt garen. Suppe puerieren, 100 ml Sahne dazugiessen. Sonnenblumenkerne und restlichen Wirsing im heissen Oel unter Ruehren 5 Min. roesten.

100 ml Sahne steif schlagen, unter die Suppe ruehren, salzen, pfeffern. Sonnenblumenkerne und Wirsing dazugeben.

Pro Portion ca. 431 kcal

Stichworte	Eintopf, Suppe, Wirsing

WIRSINGTOPF

Für 1 Rezept

Zutaten

- *750 g Wirsing*
- *1 EL Gaense- oder Schweineschmalz*
- *350 g Schweinefleisch; gewuerfelt*
- *100 g Geraeuchertes Bauchfleisch kleingeschnitten*
- *1 Zwiebel; feingehackt*
- *Fleischbruehe*
- *500 g Kartoffeln; gewuerfelt*
- *Salz und Pfeffer*
- *Muskat*
- *Semmelwuerfel*
- *Margarine; zum Roesten*

Die aeusseren Blaetter vom Wirsing abloesen, den Kohl vierteln, waschen und in grobe Streifen schneiden. Fett erhitzen, Fleisch, geraeuchertes Bauchfleisch und Zwiebel anbraten, mit Fleischbruehe aufgiessen und ca. 1 bis 1,5 Stunden kochen. Etwa 30 Minuten vor Ende der Kochzeit den Wirsing und die geschaelten, gewuerfelten Kartoffeln dazugeben und mitkochen.

Mit Salz, Pfeffer und Muskat wuerzen. In einer Pfanne die Semmelwuerfel mit etwas Margarine roesten und ueber den Eintopf streuen.

Stichworte	Eintopf, Suppe, Wirsing

Suppe, Eintopf, Wirsing, Kaese

WIRSING-KAESE-EINTOPF

WIRSING-KAESE-EINTOPF

Für 2 Portionen

Zutaten

- *1 klein. Wirsing*
- *150 g Zwiebeln*
- *150 g Knollensellerie*
- *150 g Kartoffeln*
- *Thymian*
- *Salz*
- *Cayennepfeffer*
- *50 g Mandelblaettchen*
- *2 EL Olivenoel*
- *1/2 l Gemuesebruehe*
- *70 g Greyerzer*

Wirsing in fingerbreite Streifen schneiden. Kartoffeln schaelen und in Wuerfel schneiden. Sellerie und Zwiebel ebenfalls in Wuerfel schneiden.

Die Mandelblaettchen in Oel leicht anroesten. Wirsing, Kartoffeln, Zwiebel und Sellerie dazugeben.

Bruehe und Gewuerze dazugeben und alles bei geschlossenem Topf etwa 20 Min. garen lassen.

Dann den Kaese wuerfeln und dazugeben.

Stichworte	Eintopf, Kaese, Suppe, Wirsing

Suppe, Eintopf, Zwiebel, Kaese

ZWIEBELSUPPE

ZWIEBELSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 kg Zwiebeln*
- *1/4 l Trockenen Weisswein*
- *1/2 l Wasser*
- *1 EL Gekoernte Bruehe*
- *3 EL Oel*
- *100 g Emmentaler; gerieben*
- *4 Scheib. Weissbrot*
- *Salz und Pfeffer*

Zwiebeln in duenne Ringe schneiden. In Oel glasig duensten, Wein angiessen und Alkohol verdampfen lassen. Wasser, Pfeffer und Bruehe zufuegen und zugedeckt 40 Minuten koecheln lassen.

In vier feuerfeste Schalen geben, je mit einer Scheibe Weissbrot bedecken, mit geriebenem Kaese bestreuen. Bei 200 Grad im Ofen ueberbacken, bis der Kaese geschmolzen ist.

Stichworte	Eintopf, Kaese, Suppe, Zwiebel

Suppe, Fisch

FISCHSUPPE MIT SEELACHS UND SHRIMPS

FISCHSUPPE MIT SEELACHS UND SHRIMPS

Für 4 Portionen

Zutaten

- *500 g Seelachsfilet*
- *Salz*
- *Pfeffer*
- *2 EL Zitronensaft*
- *1 Zwiebel*
- *1 Knoblauchzehe*
- *2 Stangen Sellerie*
- *1 Stange Lauch*
- *200 g Karotten*
- *2 EL Oel*
- *2 EL Tomatenmark*
- *400 ml Fischfond aus dem Glas*
- *400 ml Gemuesebruehe (Instant)*
- *100 ml Weisswein*
- *150 g Tiefkuehlshrimps*
- *1/2 Bd. Dill*
- *1 Baguette*

Fisch waschen, trockentupfen, in 1 1/2 cm grosse Wuerfel schneiden, salzen und pfeffern. Zwiebel und Knoblauch abziehen, fein hacken. Sellerie und Lauch waschen, putzen und in Ringe schneiden.

Karotten schaelen, in 1/2 cm grosse Wuerfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch in Oel anschwitzen, Tomatenmark und Karotten dazugeben, 5 Min. duensten. Restliches Gemuese zugeben, Fischfond und Bruehe angiessen, Zehn Min. leise koecheln lassen. Suppe mit Wein, Salz und Pfeffer abschmecken.

Fischstuecke und Shrimps in die Suppe geben und 3-5 Min. ziehen lassen, gehackten Dill darueberstreuen. Mit dem Baguette servieren.

Pro Portion ca. 290 kcal/1219 kJ

Stichworte	Fisch, Suppe

Suppe, Fisch, Vietnam

REISNUDELSUPPE MIT KREBSKLOESSCHEN

REISNUDELSUPPE MIT KREBSKLOESSCHEN

Für 4 Personen

Zutaten

- *500 g Duenne Reisnudeln oder --*
- *4 Bd. Japanische Weizennudeln*
- *50 g Getrocknete Garnelen*
- *1/2 l Lauwarmes Wasser*
- *225 g Krebsfleisch frisch oder aus der Dose*
- *1 TL Garnelensauce*
- *Schwarzer Pfeffer; f.a.d.M.*
- *5 Eier; verquirlt*
- *4 EL Speiseoel*
- *4 Schalotten; in duenne Ringe geschnitten*
- *4 Knoblauchzehen; fein gehackt*
- *2 Fruehlingszwiebeln fein zerschnitten*
- *2 EL Tomatenmark*
- *1 TL Chilipaste*
- *4 Flaschentomaten; geviertelt*
- *1 l Huehnerbruehe; oder Wasser*
- *4 EL Nuoc Mam; (vietnamesische Fischsauce)*
- *1 TL Zucker*
- *4 groß. Salatblaetter; in duenne Streifen geschnitten*
- *100 g Bohnensprossen*
- *2 Fruehlingszwiebeln; in 5 cm lange Streifen geschn.*
- *2 EL Minzblaetter; feingeschn. als Garnitur*
- *Koriander; als Garnitur*
- *1 Zitrone; geviertelt*
- *4 Chilischoten; in feine Streifen geschnitten*
- *Garnelensauce*

Die Nudeln zubereiten. Die getrockneten Garnelen 30 Min. in warmem Wasser einweichen. Abtropfen lassen und das Einweichwasser zurueckbehalten.

Die Garnelen im Moerser oder in der Kuechenmaschine zu einer Paste verarbeiten. Die Garnelenpaste, das Krebsfleisch, Garnelensauce und frisch gemahlenen Pfeffer mit den Eiern verquirlen. Im Kuehlschrank bereithalten.

In einem grossen Suppentopf das Oel erhitzen und darin die Schalotten, den Knoblauch und die Fruehlingszwiebeln anduensten. Das Tomatenmark und die Chilipaste einruehren und 1 Min. duensten. Die Tomaten beigeben und eine weitere Min. duensten.

Mit dem Einweichwasser der Garnelen und der Bruehe aufgiessen, die Fischsauce und den Zucker einruehren.

Die Suppe zum Kochen bringen, dann ueber reduzierte Hitze nur noch leise koecheln lassen.

Die Krebsfleischmischung vorsichtig in die siedende Suppe gleiten lassen. Zugedeckt auf kleinster Flamme 5 Min. pochieren, bis die Masse an die Oberflaeche steigt und fest aussieht.

Stichworte	Fisch, Suppe, Vietnam

Suppe, Gebunden

SALATSUPPE

TAUSENDFLOCKENSUPPE

VITAMINSUPPE

SALATSUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 Kopfsalat*
- *1/4 l Trockener Weisswein*
- *1 l Gemuesebruehe*
- *1 groß. Zwiebel*
- *1 mittl. Kartoffel; gekocht*
- *Salz, Pfeffer*
- *Oel*

Zwiebel wuerfeln und anduensten. Mit Wein abloeschen und diesen etwas einkochen lassen. Mit Bruehe die Suppe auffuellen.

Den in duenne Streifen geschnittenen, von Strunk und Stielen befreiten Salat in der kochenden Bruehe ziehen lassen. Kartoffel zerdruecken und mit etwas Fluessigkeit verruehren, unter die Suppe ruehren.

Stichworte	Gebunden, Suppe

TAUSENDFLOCKENSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 1/4 l Wasser*
- *4 TL Gekoernte Bruehe*
- *2 EL Mehl*
- *6 EL Kaltes Wasser*
- *2 groß. Eier*
- *1 Bd. Petersilie*

Wasser mit Bruehe zum Kochen bringen. Petersilie waschen und fein hacken. Mehl und Wasser glattruehren, Eier zufuegen und verquirlen.

Den Teig langsam in die kochende Bruehe unter Ruehren einlaufen lassen. Vom Feuer nehmen und die Petersilie zugeben.

Eignet sich als einfache Vorspeise oder als Abendessen mit Rettich und Butterbrot.

Stichworte	Gebunden, Suppe

VITAMINSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 Kartoffel*
- *200 g Zucchini*
- *200 g Tomate*
- *200 g Moehren*
- *1 Bd. Kraeuter; Dill Petersilie Kerbel etc.*
- *3/4 l Kochendes Wasser*
- *1 EL Gemuesebruehe; instant*
- *120 g Sauerrahm (10 %)*
- *Salz, Pfeffer, Muskatnuss*

Kartoffel schaelen und waschen. Zucchini putzen, Tomate haeuten und Stielansatz entfernen. Alles kleinschneiden. Moehren schaelen und reiben. Kraeuter fein wiegen.

Das Gemuese in einen Mixer geben und mit 1/4 l kochendem Wasser begiessen. 2 Min. auf hoher Stufe mixen. Bruehwuerfel im restlichem Wasser aufloesen, zum Gemuese geben, nochmals 2 Min. mixen, wuerzen. Mit Sauerrahm verfeinern.

Stichworte	Gebunden, Suppe

Suppe, Gebunden, Apfel, Huhn

SENEGALESISCHE SUPPE

SENEGALESISCHE SUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *2 groß. Aepfel; Granny Smith geschaelt, entkernt*
- *und gewuerfelt*
- *2 l Huehnerbruehe*
- *1 Moehre; geschaelt u. gehackt*
- *3 Selleriestangen; gewuerfelt*
- *3 Gewuerznelken*
- *3 Zwiebeln*
- *1 groß. Haehnchenbrust; komplett mit Haut und Knochen*
- *6 EL Butter*
- *1 EL Curry*
- *1 EL Mehl*
- *20 ml Trockenen Sherry*
- *1/4 l Schlagsahne*
- *Salz, Pfeffer*

Die Aepfel schaelen, entkernen und wuerfeln.

Zwei Liter Huehnerbruehe, mit der gehackten Moehre, 3 gewuerfelten Selleriestangen und einer mit 3 Nelken gespickten Zwiebel bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen. Wenn dann alles schoen kocht, legen Sie eine grosse Haehnchenbrust (mit Haut und Knochen) in die Bruehe. Nach 15 Minuten sollte sie gar sein. Dann nehmen Sie sie einfach wieder heraus, lassen sie abkuehlen und in den Kuehlschrank damit.

Die Bruehe abschaeumen und weitere 30 Minuten koecheln lassen. Zwei kleingehackte Zwiebeln zu den schon praeparierten Aepfeln mischen und das 10 Minuten in etwas Butter duensten. Dann geben wir etwa 1 EL Curry dazu. Achtung! Sollte ihnen Hot Curry in die Haende gefallen sein etwas vorsichtiger dosieren, er ist recht scharf. Nach weiteren 3 Minuten 1 EL Mehl einruehren. 2 cl trockenen Sherry hinzufuegen, es darf auch etwas mehr sein.

Aus unserer Bruehe geben wir 2 Schoepfloeffel zu der Curry- Apfelmischung, lassen das Ganze aufkochen und bevor sie alles in die Bruehe schuetten, fischen Sie die nelkengespickte Zwiebel heraus. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und nochmal 30 Minuten koecheln lassen. Dann fein puerieren und 1/4 Liter Schlagsahne dazu geben.

Die Suppe wird im Kuehlschrank heruntergekuehlt. Die Haehnchenbrust befreien wir von Haut und Knochen, schneiden Sie in kleine Wuerfel und verteilen das Fleisch auf 6 eisgekuehlte Suppentassen, kalte Suppe drueber.

Guten Appetit.

Stichworte	Apfel, Gebunden, Huhn, Suppe

Suppe, Gebunden, Banane

EXOTISCHE BANANENSUPPE

EXOTISCHE BANANENSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 groß. Zwiebel*
- *2 groß. Bananen*
- *2 EL Oel*
- *2 Tasse Milch*
- *2 Tasse Kraeftige Huehnerbruehe*
- *1 TL Currypulver; nach Geschmack mehr*
- *Salz, Pfeffer*
- *1 TL Sojasosse*

Zwiebel schaelen und grob hacken. Bananen abpellen, in Scheiben schneiden. Zusammen im heissen Oel anschmoren, dabei die Bananen mit der Gabel zerdruecken.

Beim Anschmoren gut umruehren, damit nichts anbrennt. Mit Bruehe und Milch aufgiessen, Curry je nach Geschmack zufuegen. Die Suppe 10 Minuten durchkochen, mit Salz, Pfeffer, Sojasosse abschmecken.

Die Suppe mit geroesteten Broetchenwuerfeln servieren.

Stichworte	Banane, Gebunden, Suppe

Suppe, Gebunden, Bier

WEISSBIERSUPPE

WEISSBIERSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 l Weizenbier*
- *80 g Zucker*
- *1 Stueck Zimtstange*
- *1 Schuss Salz*
- *1/2 Zitrone; die Schale*
- *1 EL Speisestaerke*
- *2 Eigelb*

SCHNEEKLOESSCHEN

- *2 Eiweiss*
- *klein. Zucker*
- *Zitronenmelisse*

Bier, Zucker und Zimtstange aufkochen. Mit Salz und Zitronenmelisse wuerzen. Speisestaerke in wenig Wasser verruehren und die Suppe damit binden und mit Eigelb legieren. Nicht mehr kochen lassen, warm stellen.

Fuer die Kloesschen Eigelb sehr steif schlagen. Einen grossen Topf mit Wasser aufsetzen. Mit zwei Teeloeffeln kleine Nocken vom Eiweiss abstechen und auf das heisse Wasser setzen. Zugedeckt garziehen lassen. Herausnehmen und zum Servieren auf die Weissbiersuppe setzen, mit Zucker bestreuen und mit Zitronenmelisse garnieren.

Stichworte	Bier, Gebunden, Suppe

Suppe, Gebunden, Bier, Oesterreich

BIERSUPPE

BIERSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *3/4 l Helles Bier*
- *4 Gewuerznelken*
- *1 Stueck Zimtrinde*
- *Zitronenschale*
- *Zucker*
- *2 EL Obers; (Sahne)*
- *3 Dotter*
- *Geroestetes Weissbrot*

Bier wird mit Gewuerznelken, Zimtrinde, Zitronenschale und etwas Zucker gekocht, dabei fleissig abschaeumen. 2 Essloeffel Obers und 3 Dotter verquirlen, in das kochende Bier dazugiessen, bei kleiner Flamme weitersprudeln, bis die Suppe dick wird. Sofort servieren und Weissbrotwuerfel daraufstreuen.

Stichworte	Bier, Gebunden, Oesterreich, Suppe

Suppe, Gebunden, Blumenkohl

BLUMENKOHLSUPPE MIT ZUCCHINISTREIFEN

BLUMENKOHLSUPPE MIT ZUCCHINISTREIFEN

Für 2 Portionen

Zutaten

- *1 klein. Blumenkohl; ca. 500 g*
- *1/2 l Klare Bruehe*
- *1 Zucchini; 200 g*
- *2 Ecken Schmelzkaese- zubereitung, 30% Fett*
- *Salz, Pfeffer, Muskatnuss*

Geputzten Blumenkohl in Roeschen teilen, Stiele in schmale Scheiben schneiden. Mit heisser Bruehe angiessen, in der Mikrowelle bei 600 Watt zehn Minuten garen. Zucchini putzen und grob raspeln.

Schmelzkaese zum Blumenkohl geben. Blumenkohl mit den Schneidstab des Handruehrgeraetes puerieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss wuerzen.

Zucchiniraspel zur Suppe gben und noch zwei Minuten bei 600 Watt erhitzen. Nach Belieben mit Zucchiraspeln und etwas Muskatnuss bestreut servieren.

Tip: Dazu schmeckt frisch geroestetes Toastbrot oder knuspriges Baguette.

pro Port.ca.190 kcal/800 kJ

Stichworte	Blumenkohl, Gebunden, Suppe

Suppe, Gebunden, Brennessel

BRENNESSELSUPPE

BRENNESSELSUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 l Fleischbruehe*
- *2 Altbackene Broetchen*
- *200 g Junge Brennesseln*
- *Griess*

Broetchen in Scheiben schneiden und in die heisse Bruehe geben. Brennesseln ueberbruehen, damit sie nicht mehr stechen, klein hacken und in der Bruehe aufkochen. Suppe mit etwas Griess andicken.

Stichworte	Brennessel, Gebunden, Suppe

Titel - Rubrik - Stichworte

Suppe, Gebunden, Brezel

BREZELSUPPE

BREZELSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *2 Zwiebeln*
- *1 EL Oel*
- *3 Laugenbrezeln*
- *1/2 Fleischbruehe*
- *1/2 l Dunkles*
- *Bier*
- *Salz, Pfeffer, Muskatnuss*

Eine Zwiebel hacken, im Oel andaempfen, die in 1 cm grosse Stuecke geschnittenen Brezeln beigeben, 5 Minuten anbraten, mit Fleischbruehe und Bier abloeschen, 20 Minuten koecheln, wuerzen.

Die zweite Zwiebel in Ringe schneiden, diese knusprig braten, ueber die angerichtete Suppe streuen.

Stichworte	Brezel, Gebunden, Suppe

Suppe, Gebunden, Broccoli

BROCCOLISUPPE MIT ZUCCHINI-BOHNEN-TOMATENSALAT

BROCCOLISUPPE MIT ZUCCHINI-BOHNEN-TOMATENSALAT

Für 2 Portionen

Zutaten

- *160 g Brokkoli*
- *3 EL Naturreis*
- *600 ml Gemuesebruehe*
- *1 EL Petersilie; gehackt*
- *Salz, Pfeffer, Muskatnuss*

FUER DEN SALAT

- *200 g Gruene Bohnen*
- *200 g Zucchini*
- *200 g Tomaten*
- *1 Zwiebel*
- *1 Zweig Bohnenkraut*
- *2 EL Gehackte Petersilie*
- *2 EL Estragonessig*
- *2 EL Oel*
- *Salz, Pfeffer*

Den Naturreis und die Gemuesebruehe in einen Topf geben und zugedeckt etwa 25 Minuten koecheln lassen. Den Brokkoli putzen. Die Roeschen und die zarten Stiele waschen. Beides nach 10 Minuten in die Bruehe geben, in etwa 15 Minuten weichkochen. Das Ganze nun im Mixer puerieren und mit den Gewuerzen abschmecken. Vor dem Servieren mit der Petersilie bestreuen.

Fuer den Salat: Die Bohnen waschen, die Enden abschneiden und die Faeden ziehen. Im kochendem Salzwasser je nach Dicke ca. 10 Minuten bissfest garen, sie abschuetten, dabei den Bohnensud auffangen und abkuehlen lassen. In der Zwischenzeit die Zucchini putzen, waschen und in Scheiben schneiden. Die Tomaten waschen, von den Stielansaetzen befreien und ebenfalls in Scheiben schneiden. Die vorbereiteten Zucchini, Tomaten und Bohnen auf 2 Tellern dekorativ anrichten. Die Zwiebel schaelen und in feine Wuerfel schneiden. Das Bohnenkraut waschen, trockenschuetteln und die Blaettchen vom Zweig zupfen und fein hacken. Zwiebelwuerfel, Bohnenkraut und Petersilie mit Essig, Oel, 4 Essloeffeln Bohnensud sowie Pfeffer und Salz verruehren und die Sauce auf dem Salat verteilen.

Stichworte	Broccoli, Gebunden, Suppe

Suppe, Gebunden, Brot, Bier

BROTSUPPE MIT BRAUNBIER

BROTSUPPE MIT BRAUNBIER

Für 2 Portionen

Zutaten

- *2 Altbackene Broetchen*
- *50 g Speck*
- *1/2 l Braunbier*
- *1/2 l Gemuesebruehe*
- *4 Schalotten*
- *2 Knoblauchzehen*
- *2 TL Kuemmel*
- *1/2 Lauchstange*
- *3 Getrocknete Tomaten*
- *1 EL Blattpetersilie; fein gehackt*
- *2 EL Butter*
- *Grober Pfeffer, Salz*
- *klein. Speiseoel*

Die Broetchen und den Speck wuerfeln. In einer Pfanne mit einem Essloeffel Butter Broetchen- und Speckwuerfel anroesten. Den Lauch in 5 cm lange feine Streifen schneiden. Die getrockneten Tomaten die Schalotten und die Knoblauchzehen fein wuerfeln. Den Kuemmel fein hacken. Dazu ein paar Tropfen Oel zum Kuemmel geben damit er nicht vom Schneidebrett rutscht.

In einem Topf mit Butter die Schalotten anschwitzen, Knoblauch, Lauchstreifen, Tomatenwuerfel und Kuemmel zugeben. Anschliessend mit Bier und Gemuesebruehe auffuellen und alles ca. 10 Minuten gut durchkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, die Petersilie einstreuen und nochmals kurz aufkochen.

Die geroesteten Brot- und Speckwuerfel in Suppenteller oder -tassen anrichten und die Suppe darueber giessen.

Stichworte	Bier, Brot, Gebunden, Suppe

Suppe, Gebunden, Brot, Kaese

BROTSUPPE MIT KAESE

BROTSUPPE MIT KAESE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *250 g Roggenbrot*
- *200 g Cheddar oder Gruyere*
- *4 Zwiebeln*
- *3 Knoblauchzehen*
- *2 EL Butter, Salz*
- *1 l Wasser*
- *Muskatnuss; frisch gerieben*
- *Weisser Pfeffer*

Das Brot in duenne Scheiben schneiden und diese ueber Nacht trocknen lassen. Den Kaese entrinden und in Wuerfel teilen. Die geschaelten Zwiebeln in Streifen, geschaelten Knoblauch in Scheiben schneiden. Beides in der Butter anduensten, mit Wasser auffuellen. Mit Salz, Muskat und Pfeffer wuerzen und alles 15 Minuten koecheln lassen.

Den Boden einer feuerfesten Suppenterrine oder einer hohen Auflaufform mit Brotscheiben auslegen, darauf den Kaese streuen und mit Suppe bedecken. Damit fortfahren, so da0 die letzte Brotschicht mit Kaese und etwas Bruehe bedeckt ist. Die Form fuer 50 Minuten in den auf 175 Grad vorgeheizten Ofen (Gas: Stufe 2) schieben. Die Oberflaeche der Suppe sollte dann knusprig braun sein.

Stichworte	Brot, Gebunden, Kaese, Suppe

Suppe, Gebunden, Brot, Kartoffel

BROTSUPPE (GROSSMUTTER)

BROTSUPPE (GROSSMUTTER)

Für 4 Portionen

Zutaten

- *6 mittl. Kartoffeln*
- *3 Altbackene Broetchen; evtl.*
- *1 l Wasser*
- *Salz*
- *4 EL Sauerrahm*

Die Kartoffeln waschen, schaelen, in Wuerfel schneiden, im Salzwasser aufsetzen, 10 Minuten kochen lassen, das in Stuecke geschnittene Brot beigeben, kochen bis Brot und Kartoffeln zerfallen sind. Wer die Suppe cremig servieren will, streicht sie durch ein Haarsieb oder passiert sie durch die Flotte Lotte. Anrichten ueber Sauerrahm, gut vermengen.

Stichworte	Brot, Gebunden, Kartoffel, Suppe

Suppe, Gebunden, Buttermilch, Griess

BUTTERMILCHSUPPE MIT GRIESSKLOESSEN

BUTTERMILCHSUPPE MIT GRIESSKLOESSEN

Für 1 Rezept

BUTTERMILCHSUPPE

- *1500 ml Buttermilch*
- *75 g Rosinen*
- *1 EL Vanille-Puddingpulver*
- *2 Eigelb*
- *1 Stueck Zitronenschale*
- *Zucker*
- *Zitronensaft*

GRIESSKLOESSE

- *1/2 l Milch*
- *240 g Griess*
- *4 Eier*
- *Salz, Zucker und Muskat*

Buttermilchsuppe

Alles (ausser den Eigelben) unter Ruehren erhitzen, kurz vor dem Kochen zur Seite nehmen, damit es nicht gerinnt.

Griesskloesse

Milch aufkochen, Gewuerze und Griess einruehren, und ruehren, bis sich am Topfboden eine helle Schicht absetzt. Nach und nach die Eier unterziehen. Kloesse abstechen und in der Buttermilchsuppe garziehen lassen.

Nach dem Garen der Kloesse Eigelbe glattruehren, mit etwas Buttermilchsuppe verruehren und unter die Suppe ziehen.

Stichworte	Buttermilch, Gebunden, Griess, Suppe

Suppe, Gebunden, Ei, Mehl

RIEBELESUPPE

RIEBELESUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *150 g Mehl*
- *1 Ei*
- *Salz*
- *2 1/2 l Fleischbruehe*
- *1 EL Schnittlauch, fein geschn.*

Mehl in eine breite Schuessel sieben, nach und nach verquirltes Ei und Salz zugeben. Zutaten mit den Haenden reiben. Die so erhaltenen kleinen Teigkluempchen in die kochende Bruehe geben und fuenf Minuten kochen lassen. Suppe beim Anrichten mit Schnittlauch bestreuen.

Stichworte	Ei, Gebunden, Mehl, Suppe

Suppe, Gebunden, Erbse

ERBSENCREMESUPPE

POTAGE SAINT CLOUD

ERBSENCREMESUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 Zwiebel*
- *1 EL Butter oder Margarine*
- *1 1/2 Becher TK-Erbsen (450 g)*
- *3/4 l Gemuesebruehe*
- *250 g Creme fraiche*
- *Salz und Pfeffer*
- *1 Bd. Dill*

Die Zwiebel wuerfeln und im heissen Fett glasig duensten. Die Erbsen und die Bruehe zugeben, aufkochen und fuenf Minuten garen.

Die Suppe mit dem Schneidestab des Handruehrers puerieren und die Haelfte der Creme fraiche unterruehren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren restliche Creme fraiche leicht unterruehren. Mit gehacktem Dill bestreuen.

Als feine Einlage eignen sich z.B. Streifen von geraeucherten Entenoder gebratenen Haehnchenbrustfilets, gebratene Riesengarnelen oder Keta-Kaviar.

Pro Portion ca. 330 kcal

Stichworte	Erbse, Gebunden, Suppe

POTAGE SAINT CLOUD

Für 4 Portionen

Zutaten

- *300 g Erbsen, frisch oder TK*
- *2 Schalotten*
- *1 Knoblauchzehe*
- *30 g Butter*
- *1 l Gemuesebruehe*
- *1/2 Kopfsalat*
- *1 Schuss Muskat*
- *1 TL Thymian; gehackt*
- *1 Bd. Kerbel*

Aus der Reihe Kochkunst in Suedwest 3, "Gerichte mit Geschichte" Rezept von Vincent Klink, Restaurant Wielandshoehe Stuttgart.

Die Schalotten und den Knoblauch feinhacken und in Butter anduensten. Die Erbsen zugeben und die Gemuesebruehe dazugiessen. Den Kopfsalat feinschneiden, die Haelfte davon in die Suppe geben und mit Muskat und Thymian wuerzen. Alles ein paar Minuten gut durchkochen.

Danach mit einem Handmixer die Suppe mixen und durch ein Sieb in einen anderen Topf passieren. Alles noch einmal aufkochen lassen und abschmecken. Wenn noetig mit etwas Salz und Pfeffer nachwuerzen. Den uebrigen Kopfsalat in Suppentassen geben, mit der Suppe auffuellen und gezupftem Kerbel bestreuen.

Stichworte	Erbse, Gebunden, Suppe

Suppe, Gebunden, Erbse, Hummer

ERBSENSUPPE MIT HUMMERMEDALLIONS

ERBSENSUPPE MIT HUMMERMEDALLIONS

Für 1 Rezept

Zutaten

- *500 g Frische Erbsenschoten*
- *3/4 l Gefluegelfond, hell*
- *4 Schalotten; gewuerfelt*
- *50 ml Weisswein*
- *20 g Butter*
- *2 EL Creme fraiche*
- *Salz, Pfeffer*
- *1 Europaeischer Hummer a ca. 300-400 g*

Die Butter im Topf zergehen lassen. Die Scharlottenwuerfel darin anschwitzen. Die Erbsenschoten pahlen und dazugeben, leicht, ohne Farbe, mit anschwitzen und mit dem Weisswein abloeschen. Mit einem 1/ 2 Liter von dem hellen Gefluegelfond aufgiessen, mit Salz und Pfeffer wuerzen und die Erbsen weichkochen.

Anschliessend die Suppe mit einem Mixstab puerieren und den restlichen Gefluegelfond zur Regulierung der Konsistenz hinzugeben. Nochmals mit Salz und Pfeffer, eventuell mit etwas Weisswein, abschmecken und mit Creme fraiche verfeinern.

Den Hummer in kochendes Wasser legen und einmal aufkochen lassen. Den Topf vom Herd nehmen und den Hummer etwa 2 bis 3 Minuten ziehen lassen, anschliessend mit kaltem Wasser abschrecken.

Den Hummer ausbrechen, den Darm entfernen und den Schwanz in Medallions schneiden. Die Medallions in die Erbsensuppe legen.

Stichworte	Erbse, Gebunden, Hummer, Suppe

Suppe, Gebunden, Fisch

FISCHSUPPE

FISCHSUPPE

Für 2 Portionen

Zutaten

- *300 g Gewuerfeltes Fischfilet Kabeljau; Rotbarsch*
- *Seelachs*
- *500 g Fischkarkassen (Graeten)*
- *Zwiebel; grob gewuerfelt*
- *1 EL Olivenoel*
- *1 Knoblauchzehe; gehackt*
- *1/4 l Weisswein*
- *1 Bd. Suppengemuese*
- *1 Fenchel*
- *1 Karotte*
- *1 Bleichsellerie*
- *100 g Kartoffeln*
- *1/2 Stange Lauch*
- *1 Bd. Petersilie*
- *1 Bd. Salbei*
- *1 Tomate*
- *Salz, Pfeffer*

Die Graeten in reichlich Wasser waessern und gut durchspuelen. Die Graeten dann in einem Liter Wasser in einem doppelt so grossen Topf zum Kochen bringen. Das Suppengemuese hineingeben und eine halbe Stunde kochen lassen. Pfeffern und salzen, abschaeumen und passieren.

Das Gemuese und die Kartoffeln in Wuerfel schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch in Olivenoel goldbraun anbraten und mit den Kartoffeln in die Bruehe geben, die leicht vor sich hin koecheln sollte. Ungefaehr fuenf Minuten spaeter das gewuerfelte Gemuese hinzugeben, ausser der Tomate und dem Lauch.

Nach zehn Minuten Kochen das gewuerfelte Fischfilet und den Lauch hinzugeben. Feingeschnittenen Salbei, Petersilie und die Tomate dazugeben. Aufkochen, vom Herd nehmen und den Weisswein dazugeben. Die Suppe mit Weissbrot reichen.

Stichworte Fisch, Gebunden, Suppe

Suppe, Gebunden, Gefluegel

HAEHNCHENSUPPE MIT INGWER

HAEHNCHENSUPPE MIT INGWER

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 Haehnchen*
- *2 Zwiebeln; in feine Scheiben*
- *2 Knoblauchzehen*
- *1 EL Mehl*
- *1 TL Kurkuma (Gelbwurz)*
- *3 TL Ingwerpulver*
- *Salz, Pfeffer*

Einen Liter Wasser zum Kochen bringen. Das Haehnchen waschen und in einen genuegend grossen Topf geben. Zwiebeln, Knoblauch und Gewuerze kommen dazu. Etwas pfeffern und salzen. Aufkochen und abschaeumen und zwanzig Minuten weiterkochen. Das Haehnchen herausnehmen und zerlegen.

Den El Mehl mit etwas Wasser anruehren, in die entstandene Bruehe einruehren und bei maessiger Hitze 15 Minuten langsam weiterkochen. Die Keule von der Brust trennen. Fleisch von den Knochen entfernen und in kleine Stuecke schneiden. Die Haut dranlassen.

Die restliche Suppe wird mit dem Handmixer durchgearbeitet, bis sie saemig ist. Eventuell mit Salz und Pfeffer nachwuerzen. Das Fleisch in die Teller verteilen und mit der Suppe uebergiessen.

Stichworte	Gebunden, Gefluegel, Suppe

Suppe, Gebunden, Gemuese

FEINE SUPPE

FEINE SUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 l Wasser*
- *3 TL Gekoernte Bruehe*
- *50 g Mandeln, gehobelt*
- *100 g Reis*
- *100 g Bohnen*
- *1 klein. Kohlrabi*
- *2 EL Oel*
- *1/4 l Suesse Sahne*
- *2 Eier*
- *Weisser Pfeffer*

Bohnen in 1 cm grosse Stuecke schneiden, Kohlrabi schaelen, halbieren und in duenne Scheiben hobeln. Mandeln im Oel anroesten, Reis zufuegen und glasig werden lassen.

Wasser angiessen und Bruehe einstreuen. Zum Kochen bringen, Gemuese zufuegen und 15 Min. kochen lassen. Eier mit Sahne verquirlen und zur Suppe geben, nochmals kurz aufkochen lassen.

Dazu: Brot

Stichworte	Gebunden, Gemuese, Suppe

Suppe, Gebunden, Graupe, Gemuese, Ente

GERSTENSUPPE MIT GERAEUCHERTER ENTENBRUST

GERSTENSUPPE MIT GERAEUCHERTER ENTENBRUST

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 1/2 Tasse Feine Perlgraupen*
- *1 klein. Stange Lauch*
- *1 klein. Knolle Sellerie*
- *2 Gelbe Rueben*
- *2 l Gemuesebruehe*
- *Salz, Pfeffer, Muskat*
- *150 g Geraeucherter Schweinebauch*
- *3 mittl. Kartoffeln*
- *1 Geraeucherte Entenbrust*

Alle Gemuese in kleine Wuerfel schneiden. Die Kartoffeln in etwas groessere. Die Graupen mit 2 Ltr. Wasser, dem Scheinebauch und dem Gemuese (bis auf die Kartoffeln) aufsetzen und ca 1 Std. kochen.

Nach 45 Min. die Kartoffeln zugeben. Weitere 20 Min. koecheln lassen. Mit den Gewuerzen abschmecken. Wenn die Graupen weich sind, vom Feuer nehmen. Den Schweinebauch rausnehmen und kleinwuerfeln. Auf Wunsch aus 1 EL Butter und 1/2 EL Mehl eine nussbraune Schmaelze zubereiten und in die Suppe ruehren.

Die geraeucherte Entenbrust in hauchduenne Scheiben schneiden. Suppe in Teller geben und mit der Entenbrust garnieren.

Stichworte	Ente, Gebunden, Gemuese, Graupe, Suppe

Suppe, Gebunden, Greunkern

GRUENKERNSUPPE (GROSSMUTTER)

GRUENKERNSUPPE (GROSSMUTTER)

Für 1 Rezept

Zutaten

- *40 g Butter*
- *125 g Gruenkerngriess*
- *1 1/2 l Kraeftige Fleischbruehe*
- *Pfeffer, Muskat*
- *1 Ei; nach Belieben*

In heisser Butter Gruenkerngriess hellbraun roesten. Mit wenig Bruehe abloeschen und in gleichem Mass, wie die Gruenkernmasse unter Ruehren fester wird, allmaehlich mit der Bruehe auffuellen. Zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 40 Minuten koecheln lassen.

Mit Pfeffer und Muskat wuerzen. Man kann in die kochende Suppe ein Ei geben und mit der Gabel flockig schlagen oder die Suppe beim Anrichten mit Sahne verfeinern.

Stichworte	Gebunden, Greunkern, Suppe

Suppe, Gebunden, Gulasch

UNGARISCHE GULASCHSUPPE

UNGARISCHE GULASCHSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *500 g Rindfleisch*
- *60 g Schweineschmalz*
- *250 g Zwiebeln*
- *2 Knoblauchzehen*
- *1 EL Mehl*
- *1 1/4 l Fleischbruehe*
- *Salz, Pfeffer*
- *Majoran*
- *Kuemmel*
- *1 Schuss Zucker*
- *Paprika; rosenscharf und edelsuess*
- *250 g Kartoffeln*
- *2 Gruene Paprikaschoten*
- *5 Tomaten*
- *1/4 l Rotwein*

Das Rindfleisch in kleine Wuerfel schneiden. Schweineschmalz in einem Topf erhitzen, das Fleisch von allen Seiten gut anbraten. Zwiebeln und Knoblauch wuerfeln und mit anbraten.

Mehl darueberstreuen, alles gut vermischen. Mit der Fleischbruehe aufgiessen und mit Salz, Pfeffer, Majoran, Kuemmel, Zucker und Paprika wuerzen. Alles etwas 40 Minunten kochen lassen.

Die Kartoffeln schaelen, waschen und wuerfeln, Paprikaschoten ebenfalls wuerfeln. Tomaten ueberbruehen, Haut abziehen und in Wuerfel schneiden (Kerne muessen entfernt werden). Alles in die Suppe geben, 25 Min. kochen.Zum Schluss den Rotwein hinzugeben, abschmecken. Die Suppe sollte dann nicht mehr kochen.

Stichworte	Gebunden, Gulasch, Suppe

Suppe, Gebunden, Gurke

GURKENSUPPE MIT DILL

GURKENSUPPE MIT DILL

Für 2 Portionen

Zutaten

- *1 Salatgurke*
- *1/2 l Naturjoghurt oder*
- *Buttermilch*
- *1/2 Bd. Dill*
- *1/2 Bd. Borretsch; mit Blueten*
- *1 Schuss Cayennepfeffer*
- *1 Schuss Zucker*
- *1 TL Essig*
- *1 Schalotte*
- *1 Knoblauchzehe*
- *1 TL Gemuesebruehe-Instantpulver*
- *1 Mozzarellakaese*
- *Salz, Pfeffer*
- *Olivenoel*

Schalotte und Knoblauchzehe fein schneiden und in einer Pfanne in etwas Olivenoel anschwitzen, auskuehlen lassen. Gurke schaelen und in Stuecke schneiden.

Die Stuecken mit Jogurt oder Buttermilch mit einem Puerierstab vermixen. Dann den Dill, Borretsch, Cayennepfeffer,Zucker, Essig, die geduenstete Schalotte und Instantbruehe untermixen. Mit Salz u. Pfeffer abschmecken.

Die Suppe im Kuehlschrank kaltstellen. Vor dem Servieren die Gurkensuppe mit einigen Dillfaeden, Borretschblueten und Mozzarellascheiben garnieren.

Stichworte	Gebunden, Gurke, Suppe

Suppe, Gebunden, Gurke, Diabetiker

GURKENSUPPE MIT MATJES

GURKENSUPPE MIT MATJES

Für 1 Portion

Zutaten

- *1 Matjesfilet*
- *150 g Salatgurke*
- *100 ml Fleischbruehe*
- *60 g Magerjoghurt*
- *1 TL Essig*
- *1 TL Sauerrahm*
- *1 TL Dill; gehackt*
- *Salz*
- *Paprika*

Gurke schaelen, mit einer feinen Reibe zerkleinern, salzen und 30 Min. ziehen lassen. Bruehe, Sauerrahm und Joghurt gut verruehren. Mit Essig und Gewuerzen abschmecken.

Matjes unter fliessendem Wasser abspuelen, in kleine Stuecke schneiden. Joghurtmischung unter die Gurke ziehen und die Matjesstuecke daruntermischen. Mit Dill bestreuen. Dazu: Pellkartoffeln

Stichworte	Diabetiker, Gebunden, Gurke, Suppe

Suppe, Gebunden, Haehnchen

JUEDISCHE HUEHNERSUPPE

JUEDISCHE HUEHNERSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 Huhn*
- *2 Zwiebeln; in feine Scheiben geschnitten*
- *3 Zehen Knoblauch; gewuerfelt*
- *1 EL Mehl*
- *1 TL Kurkuma (Gelbwurz)*
- *3 TL Ingwerpulver*
- *Schwarzer Pfeffer, Salz*
- *Eventuell etwas Sahne*

In der juedischen Kueche richtet man sich bekannterweise nach den mosaischen Speisegesetzen. Eines davon heisst: "Du sollst das Zicklein nicht in der Mutter-Milch baden." Was hat das zu bedeuten? Gemeint ist, dass Fleisch nicht mit Milch gekocht, und den Tieren nicht weggenommen werden durfte, da Milch fuer die Aufzucht der Jungtiere reserviert war. Die unten beschriebene Suppe verlangt aber geradezu nach einer Verfeinerung durch etwas Sahne. Das kann man tun, aber damit waere sie dann nicht mehr juedisch.

Das Huhn waschen, halbieren, in einen genuegend grossen Topf geben und mit Wasser bedecken. Etwas pfeffern und salzen, aufkochen und abschaeumen. Das Mehl mit etwas Wasser anruehren und mit den anderen Zutaten in den Topf geben und bei maessiger Hitze 15 Minuten langsam weiterkochen. Bis das Huhn gar ist, koennen gut eineinhalb Stunden vergehen. Den Garzustand kontrolliert man am besten, indem mit der Spiessgabel in die Keulen gestochen wird, kann man sie leicht wieder herausziehen, so ist das Huhn fertig. Wir nehmen es heraus, lassen es etwas abkuehlen und trennen die Keulen von der Brust. Alles Fleisch wird von den Knochen entfernt und in etwa kirschgrosse Stuecke geschnitten. Die restliche Suppe wird mit dem Handmixer durchgearbeitet bis sie saemig ist. Nun probieren wir, ob Salz und Pfeffer in ausgewogenem Verhaeltnis sind. Das Fleisch in die Teller verteilen und mit der Suppe uebergiessen.

Stichworte	Gebunden, Haehnchen, Suppe

Suppe, Gebunden, Huhn, Sherry

GEFLUEGELCREMESUPPE MIT SHERRY

GEFLUEGELCREMESUPPE MIT SHERRY

Für 6 Portionen

Zutaten

- *1 Bd. Suppengruen*
- *2 Zwiebeln*
- *1 Suppenhuhn (ca.1,3 kg)*
- *1 Lorbeerblatt*
- *1/2 TL Weisse Pfefferkoerner*
- *1 TL Salz*
- *2 EL Butter o. Margarine*
- *60 g Mehl*
- *200 g Schlagsahne*
- *Pfeffer a.d.Muehle*
- *3 EL Trockener Sherry*
- *1/2 Bd. Petersilie*
- *1/2 Bd. Kerbel*
- *1 Kaestchen Kresse*

Suppengruen putzen, abspuelen, wuerfeln. Zwiebeln abziehen und halbieren. Huhn abspuelen. Suppengruen, Zwiebeln, Huhn und Gewuerze in 2 l Wasser etwa 1 1/2 Std.kochen lassen. Das Huhn herausnehmen und abkuehlen lassen.

Bruehe durch ein Sieb giessen, 1 1/2 l abmessen. Von der Bruehe eventuell Fett abschoepfen. Fett in einem Topf erhitzen, Mehl darin goldgelb anduensten. Bruehe und fluessige Sahne unter Ruehren dazugeben. Suppe bei kleiner Hitze 10 Min.kochen lassen.

Huehnerfleisch von Haut und Knochen loesen, in Stuecke schneiden. Fleisch in die Suppe geben, mit Salz, Pfeffer und Sherry abschmecken. Petersilie und Kerbel hacken. Kresse mit einer Schere vom Beet schneiden. Einen Teil der Kraeuter zum Garnieren verwenden, den Rest in die Suppe ruehren.

Pro Port.ca.770 kcal/3214 kJ

Stichworte	Gebunden, Huhn, Sherry, Suppe

Suppe, Gebunden, Kaese

KAESESUPPE (GROSSMUTTER)

KAESESUPPE (GROSSMUTTER)

Für 4 Portionen

Zutaten

- *3 EL Butter*
- *3 EL Mehl*
- *1 l Fleischbruehe*
- *Pfeffer*
- *1 Lorbeerblatt*
- *100 g Greyerzerkaese*
- *2 Scheib. Schwarzbrot*
- *100 ml Rahm; oder Milch oder beides gemischt*
- *1 Bd. Petersilie*

Butter schmelzen, Mehl zugeben, gut ruehren und mit Fleischbruehe abloeschen. Mit Pfeffer und Lorbeerblatt wuerzen. 15 Minuten koecheln lassen. Schwarzbrot wuerfeln, in die Bruehe geben und 5 Minuten mitkochen. Kaese reiben, mit Rahm oder Milch verruehren. In gut vorgewaermten Suppentassen anrichten. Die heisse Suppe daruebergeben, dabei gut umruehren. Gehackte Petersilie darueberstreuen.

Stichworte	Gebunden, Kaese, Suppe

Suppe, Gebunden, Kaese, Appenzell

APPENZELLER HAFERFLOCKENSUPPE

APPENZELLER HAFERFLOCKENSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 klein. Zwiebel; in Ringen*
- *6 EL Haferflocken*
- *30 g Butter*
- *1 Bd. Petersilie; fein geschnitten*
- *1 klein. Lauch; in Streifen*
- *800 ml Huehnerbruehe*
- *200 ml Rahm*
- *100 g Appenzeller; gerieben*
- *1 Bd. Schnittlauch; gehackt*

Die Zwiebeln in heisser Butter glasig werden lassen. Die Haferflocken dazugeben und unter Ruehren 2 bis 3 Minuten roesten. Petersilie und Lauch ebenfalls dazugeben und kurz mitduensten. Mit Bruehe abloeschen und 15 bis 20 Minuten koecheln lassen. Mit Rahm verfeinern. Beim Anrichten dick mit geriebenem Appenzeller und Schnittlauch bestreuen.

Stichworte	Appenzell, Gebunden, Kaese, Suppe

Suppe, Gebunden, Kartoffel

FEURIGE KARTOFFELSUPPE

GRUMBEERESUPPE

GRUMBIERESUPPE MIT KRACHERLE

KARTOFFEL-KRAEUTERSUPPE

KARTOFFELSUPPE MIT ZITRONENMELISSE (BUEROMAHLZEIT)

SALZSCHLIRFER KARTOFFELSUPPE

FEURIGE KARTOFFELSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 kg Kartoffeln*
- *1 l Fleischbruehe*
- *2 Gruene Paprikaschoten*
- *1 Rote Paprikaschote*
- *2 Chilischoten*
- *4 Cabanossi; o. Debreziner Wuerstchen*
- *250 g Gemischtes Hackfleisch*
- *Salz, Pfeffer weiss*
- *30 g Magarine*
- *1 Bd. Petersilie*
- *4 EL Schmand; oder Creme fraiche*
- *Cayennepfeffer*

Die Kartoffeln schaelen, kleinschneiden und 20 Min. garen. Abgiessen, puerieren und mit Fleischbruehe aufgiessen.

Paprika wuerfeln, Chilischoten in Ringe und Wuerstchen in Scheiben schneiden und in der Suppe 5-10 Min. mitgaren.

Hackfleisch salzen und pfeffern. Kloesschen formen und in heissem Fett ringsum anbraten. Diese dann zur Suppe geben. Die Suppe mit Salz und Pfeffer wuerzen. Gehackte Petersilie unterruehren.

Die Suppe mit Creme fraiche und Cayennepfeffer garniert servieren.

Stichworte	Gebunden, Kartoffel, Suppe

GRUMBEERESUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *15 mittl. Kartoffeln*
- *1 groß. Zwiebel*
- *1 klein. Knolle Sellerie*
- *2 Karotten*
- *2 Staengel Lauch*
- *200 g Butter*
- *1 1/2 l Fleischbruehe*
- *200 g Suesse Sahne*
- *Pfeffer, Salz*
- *Majoran*

Die Kartoffeln und das gewaschene Gemuese werden schneiden und mit der Butter in einem Topf weichgedaempft. Masse mit einem reichlichen Liter Fleischbruehe eine halbe Stunde verkochen und durch ein Sieb streichen.

Jetzt fuegt man den Rest der Bruehe hinzu, schuettet die Sahne darauf, pfeffert und salzt und schmeckt kraeftigt mit Majoran ab.

Stichworte	Gebunden, Kartoffel, Suppe

GRUMBIERESUPPE MIT KRACHERLE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 Zwiebel*
- *1 Knoblauchzehe*
- *750 g Kartoffeln*
- *2 Bd. Suppengruen*
- *1 Petersilienwurzel*
- *1 Bd. Petersilie*
- *60 g Schweineschmalz*
- *1 1/2 l Kraeftige Fleischbruehe*
- *100 g Vollkornbrot*
- *4 Zweige Frischer Majoran*
- *250 g Grobe feste Leberwurst*

Zwiebeln und Knoblauch schaelen und fein hacken, Kartoffeln, Suppengruen und Petersilienwurzel putzen und wuerfeln. Petersilie abspuelen, trocken- tupfen und grob hacken.

Zwiebeln und Knoblauch in 30 g Schweineschmalz glasig braten. Die uebrigen vorbereiteten Zutaten zufuegen und kurz anduensten. Mit Fleischbruehe aufgiessen und zugedeckt 25 Minuten koecheln lassen.

Das restliche Schmalz erhitzen und das in kleine Wuerfel geschnittene Brot darin goldbraun roesten. Majoran abspuelen, trockentupfen und die Blaettchen von den Stielen zupfen.

Die Leberwurst haeuten, in etwa 5 mm dicke Scheiben schneiden und in der Suppe heiss werden lassen. Die Suppe mit Majoran bestreuen. Die Brotwuerfel (Kracherle) getrennt reichen. Jeder nimmt sich davon nach Belieben.

Stichworte	Gebunden, Kartoffel, Suppe

KARTOFFEL-KRAEUTERSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 kg Neue Kartoffeln*
- *1 Gruene Gurke*
- *1 Bd. Fruehlingszwiebeln*
- *1 Schalotte*
- *4 Zehen Knoblauch*
- *200 g Rucola*
- *200 g Spinat*
- *1 Bd. Basilikum*
- *200 ml Creme Fraiche*
- *100 g Butter*
- *Olivenoel*
- *2 l Fleischbruehe, event. mehr*

Saemtliche Kraeuter waschen und klein hacken. Gurke und Kartoffeln schaelen. Die Gurke halbieren und die Kerne entfernen. Fruehlingszwiebel in feine Streifen schneiden, Knoblauch durchpressen. Alles sollte moeglichst fein geschnitten sein - also Kartoffel und Gurke in feine Wuerfelchen schneiden - so verbinden sich die Zutaten besser.

Zutaten ohne Kartoffeln in Butter bei kleiner Hitze anschwitzen, mit Bruehe aufgiessen - vorsichtig, die Kraeuter duerfen nicht braun werden. Nun die Kartoffelwuerfel hinzugeben, die restliche Bruehe aufgiessen und bei geschlossenem Deckel und kleinster Hitze das Ganze noch 20 bis 25 Minuten koecheln lassen. Trotz des Deckels stroemt ein herrlicher Duft in die Kueche.

Nun mit einem Stabmixer die Suppe passieren - erst danach abschmecken. Salz, Pfeffer und die Creme fraiche hinzufuegen. Die Suppe muss eine saemige aber lockere Konsistenz haben - eventuell etwas mehr Bruehe nehmen.

Wer moechte, gibt noch etwas Olivenoel hinzu.

Mit Parmaschinken, etwas geroestetem Knoblauchbrot und Weisswein servieren - ein lockerer, leichter Kartoffelgenuss.

Stichworte	Gebunden, Kartoffel, Suppe

KARTOFFELSUPPE MIT ZITRONENMELISSE (BUEROMAHLZEIT)

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 Schalotte; oder*
- *1 klein. Zwiebel*
- *3 mittl. Kartoffeln*
- *1 l Gemuesebruehe (Instant)*
- *125 ml Sahne*
- *klein. Zitronenmelisse*
- *Petersilie; nach Belieben*
- *Salz und Pfeffer*

Klar, dass der Geruch einer Buerosuppe nicht durch den Betrieb ziehen darf, als haette man in seinem Buero eine Kneipe eroeffnet. Deshalb keinen Lauch und Muskat in die Suppe geben, sondern feingehackte Zitronenmelisse und nach Belieben etwas Petersilie.

Die rohen Kartoffeln schaelen und in sehr feine Scheiben schneiden. Die Zwiebel oder Schalotte in grobe Wuerfel schneiden. Die Gemuesebruehe anruehren, auf den Herd stellen und aufkochen lassen, anschliessend die Kartoffelscheiben und Zwiebelwuerfel dazugeben und ca. 5 Minuten koecheln lassen. Mit einer Gabel die Kartoffelstuecke etwas zerdruecken. Nach Belieben mit Salz und Pfeffer nachwuerzen. Die Sahne leicht schlagen, der Suppe zugeben und mit fein gehackter Zitronenmelisse bestreuen.

Stichworte	Gebunden, Kartoffel, Suppe

SALZSCHLIRFER KARTOFFELSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *30 g Butterschmalz*
- *200 g Durchwachsener Raeucherspeck*
- *500 g Lauch*
- *500 g Moehren*
- *1/4 Sellerieknolle*
- *750 g Kartoffeln*
- *750 ml Kraeftiger Rinderfond*
- *Salz*
- *Petersilie*
- *250 g Sauerkraut*
- *200 g Schmand*

Raeucherspeck wuerfeln. Butterschmalz in einem Topf erhitzen, Speck anduensten. Lauch und Moehren in Scheiben schneiden. Sellerie und Kartoffeln wuerfeln.

Lauch, Moehren und Sellerie in den Topf geben, gut durchschmoren lassen. Mit Rinderfond aufgiessen, einige Minuten koecheln lassen. Kartoffeln dazugeben, zugedeckt etwa 15 Min. garen. Am Ende der Garzeit salzen.

Das Ganze mit dem Puerierstab puerieren. Nochmals abschmecken, mit gehackter Petersilie bestreuen. Am Tisch zunaechst etwas rohes Sauerkraut auf den Teller geben, die Suppe darueberschoepfen und einen Teeloeffel Schmand daruebergeben.

Stichworte	Gebunden, Kartoffel, Suppe

Suppe, Gebunden, Kartoffel, Kaese

KARTOFFELSUPPE AUS DEM VERZASCATAL

KARTOFFELSUPPE AUS DEM VERZASCATAL

Für 1 Rezept

Zutaten

- *150 g Zwiebeln*
- *2 l Fleisch- od. Huehnerbruehe*
- *Salz und Pfeffer*
- *1 EL Kuemmelsamen*
- *100 g Bergkaese, der keine Faeden zieht*
- *200 g Altbackenes Brot*
- *2 EL Butter*
- *300 g Rohe Kartoffeln*

Zwiebeln fein hacken und in 1 Essl. Butter hellgelb duensten. Mit der Fleischbruehe abloeschen. Kartoffeln schaelen, in sehr kleine Wuerfel schneiden oder mittelfein reiben, zugeben und bei geringer Hitze 30 Min. koecheln lassen. Die Karoffelwuerfelchen muessen zerfallen. Mit Salz, Pfeffer und Kuemmelsamen abschmecken. Kaese in kleine Wuerfel schneiden und 10 Min. vor Ende der Garzeit zugeben. Dabei gelegentlich mit dem Schneebesen umruehren, damit er nicht am Topfboden klebt. Brot in Wuerfel schneiden, in der restlichen Butter braun roesten, noch heiss ueber die Suppe streuen und sofort servieren.

Variante: Anstatt des Kuemmels kann man 100 g Speck wuerfeln und mit den Zwiebeln anduensten.

Stichworte	Gebunden, Kaese, Kartoffel, Suppe

Suppe, Gebunden, Kartoffel, Kohlrabi, Krabbe

KARTOFFELSUPPE (MIT KOHLRABI UND KRABBENFLEISCH)

KARTOFFELSUPPE (MIT KOHLRABI UND KRABBENFLEISCH)

Für 1 Rezept

Zutaten

- *300 g Kartoffeln*
- *1 Kohlrabi*
- *1 Zwiebel*
- *1 EL Butter*
- *3/4 l Gemuesebruehe (Instant)*
- *150 g Saure Sahne*
- *1 Eigelb*
- *Salz und Pfeffer*
- *200 g Krabbenfleisch; oder Tofu*
- *Dill*

Kartoffeln und Kohlrabi schaelen, in kleine Wuerfel schneiden, Zwiebel abziehen und wuerfeln. Mit Butter in einen Topf geben, 5 Min. duensten. Gemuesebruehe zugeben und zugedeckt 12 Minuten koecheln lassen. Vom Herd nehmen, Sahne und Eigelb verquirlen und hineinruehren. Nicht mehr kochen lassen. Abschmecken.

Krabbenfleisch bzw. Tofu wuerfeln, Dill fein schneiden und auf den Portionen verteilen.

Stichworte	Gebunden, Kartoffel, Kohlrabi, Krabbe, Suppe

Suppe, Gebunden, Kastanie

KASTANIENSUPPE NACH HILDEGARD VON BINGEN

KASTANIENSUPPE NACH HILDEGARD VON BINGEN

Für 2 Portionen

Zutaten

- *500 g Esskastanien; geschaelt*
- *1 Bd. Lauchzwiebeln*
- *1 l Huehnerbruehe*
- *100 ml Sahne*
- *40 ml Weissen Portwein*
- *1 EL Geschlagene Sahne*
- *10 ml Essig*
- *Pflanzenfett*
- *Salz, Pfeffer, Muskatnuss*

100 g der Kastanien fuer die Suppeneinlage in kleine Wuerfel schneiden, den Rest grob hacken. Lauchzwiebeln klein schneiden und mit den gehackten Kastanien in Pflanzenfett anschwitzen.

Mit Essig, Portwein und Huehnerbruehe abloeschen und die Kastanien weich koecheln. Die Kastanien mit der Bruehe und der Sahne im Kuechenmixer puerieren und durch ein Sieb streichen, wieder in den Topf zurueckgeben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Die in Wuerfel geschnittenen Kastanien in Pflanzenfett anroesten und in die Suppe geben. Die Suppe zum Schluss nochmals mit einem Loeffel geschlagener Sahne aufmixen.

Sollten Sie keine geschaelten Kastanien bekommen, oder haben Sie selbst gesammelt, dann muessen Sie die Kastanien rundum einritzen und auf einem Backblech im Ofen bei 200 Grad etwa 10 bis 15 Minuten roesten und schaelen, solange sie noch warm sind. Je kaelter umso schlechter lassen sie sich schaelen.

Stichworte	Gebunden, Kastanie, Suppe

Titel - Rubrik - Stichworte

Suppe, Gebunden, Kerbel

KERBELSUPPE MIT RAHM

KERBELSUPPE MIT RAHM

Für 4 Portionen

Zutaten

- *2 EL Butter*
- *1 Knoblauchzehe, geschaelt und gehackt*
- *100 g Knollen-Sellerie, geschaelt und gewuerfelt*
- *100 g Lauch, geputzt, gewaschen und in feine Ringe*
- *geschnitten*
- *100 g Kartoffeln, geschaelt und gewuerfelt*
- *2 EL Weisswein*
- *150 g Schlagsahne*
- *100 g Kerbel, gewaschen, von den Stielen befreit und*
- *gehackt*
- *1 Schuss Salz*
- *1 Schuss Zimt, gemahlen*

Butter in einem Topf erhitzen. Gemuese hineingeben und anduensten.

Den Weisswein und knapp einen Liter Wasser dazugeben und acht bis zehn Minuten bissfest weichkochen. Danach in der Moulinette oder mit einem Mixstab fein puerieren. Die Masse anschliessend durch ein feines Sieb streichen und in einem Kochtopf auffangen .

Sahne einruehren und fuenf bis acht Minuten leicht koecheln lassen. Dann den Topf vom Herd ziehen. Ganz zum Schluss den Kerbel unterheben und mit Salz und Zimt - es darf aber wirklich nur ein nur Hauch sein - abschmecken.

Stichworte	Gebunden, Kerbel, Suppe

Suppe, Gebunden, Knoblauch, Oesterreich

KNOBLAUCHSUPPE

KNOBLAUCHSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *5 Knoblauchzehen*
- *4 EL Dinkelmehl*
- *klein. Fett*
- *Kraeutersalz*
- *Pfeffer*
- *1/4 l Milch*
- *3/4 l Rindssuppe; oder 1 Suppenwuerfel*
- *Suesse Sahne*
- *Weissbrotwuerfel*
- *Schnittlauch*

Das Mehl im Fett kurz anroesten, dann den gepressten Knoblauch dazugeben und mit Suppe aufgiessen, Kraeutersalz dazugeben, kurz aufkochen lassen und die Milch dazugiessen. Alles bei kleiner Flamme 1/2 Stunde ziehen lassen. Zum Abschluss mit Sahne verfeinern. Weissbrotwuerfel in Fett leicht anroesten und beim Servieren zusammen mit Schnittlauch und Pfeffer darueberstreuen.

Stichworte	Gebunden, Knoblauch, Oesterreich, Suppe

Suppe, Gebunden, Kuerbis

KUERBISSUPPE

KUERBISSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *500 g Kuerbis (netto)*
- *1 l Fleischbruehe*
- *100 ml Milch*
- *Salz, Pfeffer*
- *1 EL Schnittlauch*

Kuerbisfleisch in grosse Stuecke geschnitten in der Fleischbruehe 5 Minuten kochen, durch ein Sieb streichen und in die Bruehe zurueckgeben. Die Suppe mit der Milch verfeinern, mit Schnittlauch bestreut servieren.

Stichworte	Gebunden, Kuerbis, Suppe

Suppe, Gebunden, Lauch, Champignon

PORREESUPPE

PORREESUPPE

Für 8 Portionen

Zutaten

- *500 g Gekochten Schinken; oder Hackfleisch*
- *8 Stangen Porree*
- *6 Zwiebeln*
- *3 klein. Dosen Champignons; geschnitten*
- *200 g Kraeuter-Schmelzkaese*
- *200 g Sahne*
- *200 g Creme fraiche mit Kraeutern*
- *2 l Bruehe*
- *Basilikum*
- *Thymian*
- *Salz, Pfeffer*

Schinken und die Zwiebeln wuerfeln, Porree in Scheiben schneiden. Zuerst den Schinken (Hackfleisch) anbraten.

Dann die Champignons zugeben und anbraten. Porree und Zwiebeln zufuegen. Den Schmelzkaese und Creme fraiche in etwas Bruehe aufloesen, dann mit der gesamten Bruehe zum Schinken (Hackfleisch) und Gemuese geben.

Die Suppe ca. 20 Minuten koecheln lassen. Zum Schluss mit Basilikum, Thymian, Salz und Pfeffer wuerzen.

Dazu Weissbrot oder Baguette reichen.

Stichworte	Champignon, Gebunden, Lauch, Suppe

Suppe, Gebunden, Lauch, Kaese

PORREESUPPE MIT KAESEKLOESSCHEN

PORREESUPPE MIT KAESEKLOESSCHEN

Für 4 Portionen

SUPPE

- *750 g Porree*
- *1 Bd. Suppengruen*
- *2 EL Butter; Margarine*
- *1 1/2 l Gemuesebruehe*
- *Salz*
- *Pfeffer a.d.Muehle*
- *Worcestershiresosse*

KLOESSCHEN

- *25 g Butter; Margarine*
- *Salz*
- *75 g Mehl*
- *2 Eier*
- *1/2 Bd. Glatte Petersilie*
- *50 g Emmentaler Kaese gerieben*
- *Muskatnuss; gerieben*

Fuer die Suppe Porree und Suppengruen putzen und abspuehlen. Suppengruen in kleine Stuecke, Porree in Ringe schneiden. Fett in einem Topf erhitzen, Suppengruen darin anduesten. Die Bruehe dazugiessen und aufkochen lassen. Porree in die Suppe geben, 5 Min. kochen lassen. Mit Salz,Pfeffer und Worcestershiresosse abschmecken. Fuer die Kloesschen 1/8 l Wasser, Fett und eine Prise Salz aufkochen. Mehl auf einmal dazugeben und ruehren, bis sich der Teig als Kloss vom Topfboden loest. Den Topf von der Kochstelle nehmen.

Eier nacheinander unterruehren. Petersilie hacken, mit dem Kaese unter den Teig ruehren, mit Salz und Muskatnuss wuerzen. Mit zwei Teeloeffeln Kloesschen vom Teig abstechen, in schwach kochendem Salzwasser 5 Min.gar ziehen lassen. Abtropfen lassen, in die Porresuppe geben.

pro Port.ca.300 kcal/1250 kJ

Stichworte	Gebunden, Kaese, Lauch, Suppe

Suppe, Gebunden, Lauch, Paprika

LAUWARME LAUCH-PAPRIKASUPPE

LAUWARME LAUCH-PAPRIKASUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *5 Stangen Lauch*
- *2 EL Butterschmalz oder Olivenoel*
- *1/2 l Gemuesebruehe*
- *2 Rote Paprika*
- *2 Knoblauchzehen*
- *3 EL Olivenoel*
- *1 EL Zitronensaft; oder Apfelessig*
- *Salz, Pfeffer*
- *2 EL Texicana Salsa*

Paprika waschen und in einer ofenfesten Pfanne in 3 EL Olivenoel 45 Minuten im Backofen bei 180 Grad garen, alle 10 Minuten wenden. Noch im heissen Zustand pellen. Paprika aufschneiden, Stiel und Kerne entfernen, vierteln.

Aus 2 EL Oel, 1 EL Apfelessig oder Zitronensaft, gehacktem Knoblauch, Salz und Pfeffer eine Marinade ruehren. Die Paprikastuecke hineingeben und 2 Tage im Kuehlschrank ziehen lassen.

Lauch waschen und in 1 cm breite Ringe schneiden, in Oel oder Butterschmalz anduensten, mit Bruehe auffuellen und weich duensten. Lauwarm abkuehlen lassen und die in Streifen geschnittene Paprika hineingeben. Mit Texicana Salsa abschmecken.

Stichworte	Gebunden, Lauch, Paprika, Suppe

Suppe, Gebunden, Linse

FRANKFURTER LINSENSUPPE

FRANKFURTER LINSENSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *300 g Getrocknete Tellerlinsen*
- *3 l Gemuesebruehe (Instant)*
- *250 g Sellerie*
- *250 g Karotten*
- *250 g Porree*
- *100 g Durchwachsener Speck in Scheiben*
- *6 Frankfurter Wuerstchen*
- *1/2 Bd. Majoran*
- *Salz*
- *Pfeffer*
- *2 EL Weissweinessig*
- *1 Bd. Glatte Petersilie*

Linsen ueber Nacht in kaltem Wasser einweichen. Am naechsten Tag abgiessen und in der Bruehe aufkochen. 30 Min. leicht kochen, oefter abschaeumen.

Sellerie und Karotten schaelen, in sehr kleine Wuerfel schneiden. Porree und Speck in sehr feine Streifen schneiden. Alles 10 Min. vor Ende der Garzeit in die Suppe ruehren.

Die Wuerstchen in 1 cm breite Scheiben schneiden, mit Majoranblaettchen in der Suppe erwaermen. Mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken. Die Petersilie grob hacken und auf die Suppe streuen.

Pro Portion ca. 594 kcal

Stichworte	Gebunden, Linse, Suppe

Suppe, Gebunden, Linse, Wachtel

LINSENSUPPE MIT WACHTELSAUCE

LINSENSUPPE MIT WACHTELSAUCE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *200 g Feine braune Tellerlinsen*
- *4 Wachteln; oder*
- *1 Rebhuehnchen*
- *klein. Wurzelgemuese; Sellerie Zwiebel, Karotte*
- *200 ml Rotwein*
- *2 l Huehnerbruehe*
- *1 groß. Zwiebel*
- *1 Bd. Suppengruen; Sellerie,*
- *Liebstoeckel, Petersilie*
- *3 mittl. Kartoffeln*
- *1 Karotte*
- *1 Stange Lauch*
- *4 EL Balsam-Essig*
- *4 EL Butter*
- *2 EL Mehl*

WACHTELSAUCE

Die Wachteln zerlegen: Bruestchen mit einem scharfen Messer ausloesen und die Keulen abtrennen. Beides mit Salz einreiben. Dasselbe gilt fuer das Rebhuehnchen.

Die Gefluegelknochen in etwas Oel und Butter braun anbraten. Das Wurzelgemuese zugeben und mitroesten, bis alles dunkelbraun ist. Mit Rotwein abloeschen und voellig einkochen lassen.

Mit Wasser (ca. 2 l) auffuellen und ca. anderthalb Stunden kochen lassen. Anschliessend abseihen. Man sollte am Schluss nur noch einen halben Liter konzentrierten Fond haben.

Die Wachtelkeulen und -bruestchen in Butter zart anbraten. Sie duerfen innen noch leicht rosa sein. Auf einem Teller warm stellen. Die Pfanne mit etwas Wein abloeschen und in den Bratensaft giessen.

LINSENSUPPE

Das Gemuese in kleine Wuerfel schneiden. Linsen und Zwiebel in 2 EL Butter anschwitzen. Mit Huehnerbruehe auffuellen. Ca 35 MIn. kochen lassen. Dann das Gemuese zugeben und alles nochmals 20 Min. koecheln.

Wenn die Linsen und Kartoffeln das rechte Mass haben (versuchen!), die Sauce zugeben und alles noch weitere 5 Min. koecheln. Restliche Butter schmelzen, Mehl zugeben und unter Ruehren nussbraun werden lassen. Die Suppe damit abschmaelzen. Gegen Ende mit dem Balsamico, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

SERVIEREN

Suppe in flache Suppenteller giessen, in der Mitte ein Straeusschen Petersilie plazieren. Die Wachtelteile an den Rand des Tellers geben.

Stichworte	Gebunden, Linse, Suppe, Wachtel

Suppe, Gebunden, Linse, Zunge

LINSENSUPPE MIT POEKELZUNGE

LINSENSUPPE MIT POEKELZUNGE

Für 4 Personen

Zutaten

- *500 g Poekelzunge, roh*
- *Pfeffer*
- *1 l Rinderbruehe, schwach gesalzen*
- *1 Bd. Suppengemuese*
- *150 g Linsen; am besten die kleinen franzoesischen*
- *Puy-Linsen*
- *2 Schalotten*
- *1/2 Stange Junger Lauch*
- *1 Moehre*
- *20 g Schweineschmalz*
- *50 g Geraeucherter Speck*
- *Salz*
- *1 TL Majoran, gehackt*
- *1 Schuss Muskat*
- *1/2 Bd. Glatte Petersilie; gehackt*

Das Zungenstueck pfeffern und in der Rinderbruehe mit dem grob geschnittenen Suppengruen weichkochen. Das dauert etwa eine Stunde lang.

Die Linsen waschen und in einem Sieb abtropfen lassen. Die kleine Puy- Linsen muessen nicht eingeweicht werden.

Die Schalotten, den Lauch und die Moehre fein wuerfeln, in dem Schweineschmalz und dem in Streifen geschnittenen Speck hellbraun anschwitzen, mit der durch ein Sieb gegossenen Poekelbruehe aufgiessen und zum Kochen bringen.

Die Linsen in die Bruehe geben und 30 Minuten langsam kochen lassen. Poekelzunge aus der Rinderbruehe nehmen, in Streifen schneiden, zur Suppe geben.

Die Linsen haeufig probieren. Wenn sie fast weich sind, kommen die Gewuerze, Kraeuter, die Petersilie und das kleingehackte Selleriegruen dazu.

Alles nochmals fuenf Minuten kochen.

Stichworte	Gebunden, Linse, Suppe, Zunge

Suppe, Gebunden, Petersilie, Griess

PETERSILIEN-GRIESSUPPE

PETERSILIEN-GRIESSSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *2 Scheib. Toastbrot; entrindet*
- *80 g Butter o. Margarine*
- *50 g Zwiebeln*
- *3 Bd. Glatte Petersilie*
- *70 g Hartweizengriess*
- *400 ml Gefluegelfond*
- *125 ml Schlagsahne*
- *Salz, Pfeffer, Muskatnuss*
- *Zucker*

Toastbrot wuerfeln und in 30 g Butter oder Margarine goldbraun roesten. Zwiebeln fein wuerfeln. Petersilie hacken und zusammen mit 3 EL Wasser fein puerieren. Restliche Butter oder Margarine in einem Topf erhitzen.

Zwiebeln darin anduensten. Griess einstreuen und unter Ruehren leicht anroesten. Das ganze mit Fond und dem groessten Teil der Sahne auffuellen. Mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und Muskatnuss wuerzen. 5 Minuten kochen lassen.

Zum Schluss die Petersilie unterruehren, Suppe mit den Brotwuerfeln bestreuen und mit der restlichen Sahne servieren.

pro Port.ca.391 kcal

Stichworte	Gebunden, Griess, Petersilie, Suppe

Suppe, Gebunden, Pfalz

RIWWELSUPP

RIWWELSUPP

Für 4 Portionen

Zutaten

- *250 g (-375) Mehl; ca.*
- *1/2 l Milch*
- *1 Ei*
- *Salz, Muskat*
- *Brotwuerfel*

Mehl und Ei in eine Schuessel geben und mit Salz und Muskat wuerzen. Mit der Hand die Zutaten vermengen und reiben bis kleine "Riwwele" (Streusel) entstehen. 1/2 bis 2 l Wasser zum Kochen bringen und salzen. "Riwwele" hineingeben und unterruehren. 20 Minuten koecheln lassen und immer wieder umruehren. Abschalten und die Milch hinzugeben. Mit geroesteten Brotwuerfeln abschmelzen.

Stichworte	Gebunden, Pfalz, Suppe

Suppe, Gebunden, Pilz, Lauch

PILZSUPPE MIT LAUCH UND SCHINKEN

PILZSUPPE MIT LAUCH UND SCHINKEN

Für 4 Portionen

Zutaten

- *250 g Champignons*
- *100 g Gekochter Schinken*
- *250 g Lauch*
- *1/2 l Bruehe*
- *1/2 l Milch*
- *4 EL Mehl*
- *2 EL Sauerrahm*
- *2 EL Butter*
- *Salz, Pfeffer*

Champignons putzen und fein hacken. Lauch putzen und in duenne Ringe schneiden. Schinken sehr fein wuerfeln. Butter zerlassen und Pilze darin anbraten. Mit Mehl bestaeuben und Schinken zugeben. Beides anroesten.

Mit Bruehe auffuellen, Suppe aufkochen lassen. Lauch zugeben, koecheln lassen, bis der Lauch gar ist. Milch mit Sauerrahm mischen, zugeben und wuerzen. Kurz erhitzen und vom Feuer nehmen.

Stichworte	Gebunden, Lauch, Pilz, Suppe

Suppe, Gebunden, Pilz, Rahm

PILZRAHMSUPPE

PILZRAHMSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *150 g Frische Pilze; oder*
- *30 g Getrocknete Pilze; 15 Min. in lauwarmem Wasser*
- *eingeweicht*
- *2 EL Butter*
- *1 klein. Zwiebel; fein gehackt*
- *2 EL Mehl*
- *1 l Huehner- oder Gemuesebruehe*
- *1 TL Zitronensaft*
- *Salz, Pfeffer, Muskatnuss*
- *5 EL Rahm*
- *1 Bd. Schnittlauch oder Petersilie (fein gehackt)*

Die frischen Pilze putzen: Stielende und fleckige Stellen wegschneiden, falls noch Erde anhaftet, kurz ueberbrausen, blaettrig schneiden. Frische Pilze sofort verarbeiten! Butter im Kochtopf bei mittlerer Hitze zergehen lassen. Die Zwiebel beigeben. Einige Minuten glasig duensten. Die Pilze beigeben. 5 Minuten weiterduensten. Das Mehl darueberstreuen, alles vermengen. 1 Minute koecheln lassen. Mit der Bruehe abloeschen. Gut durchruehren. Zugedeckt ca. 15 Minuten koecheln lassen. Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Muskatnuss beigeben. Vor dem Servieren den Rahm dazuruehren. Mit Schnittlauch oder Petersilie bestreuen.

Stichworte	Gebunden, Pilz, Rahm, Suppe

Suppe, Gebunden, Rind, Gemuese

MEERRETTICHSUPPE MIT TAFELSPITZ

MEERRETTICHSUPPE MIT TAFELSPITZ

Für 4 Portionen

TAFELSPITZ

- *1 1/2 kg Tafelspitz*
- *4 Karotten; in mundgerechten Stuecken*
- *1/2 Sellerieknolle; in mundgerechten Stuecken*
- *2 1/2 Lauchstangen; in grossen Stuecken*
- *5 klein. Zwiebeln; gehaeutet*
- *1 TL Wacholderbeeren*
- *1 TL Weisse Pfefferkoerner*
- *3 Lorbeerblaetter*
- *2 Gewuerznelken*
- *1 Schuss Muskat; nach Geschmack*
- *Salz*

MEERRETTICHSUPPE

- *1 Zwiebel; gewuerfelt*
- *50 g Butter*
- *1 TL Mehl*
- *200 g Schlagsahne*
- *200 ml Milch*
- *200 ml Trockener Weisswein*
- *6 TL Meerrettich; frisch gerieben*
- *Salz, weisser Pfeffer*
- *Zucker*
- *2 TL Zitronensaft*

EINLAGE

- *1 Karotte; in schraege Scheiben geschnitten*
- *1/2 Selleriestange; in Rauten geschnitten*
- *1/2 Lauchstange; in Rauten geschnitten*
- *1 TL Butter*
- *klein. Bruehe*
- *Salz, Zucker*

AUSSERDEM

- *50 g Butter; eiskalt*
- *Meerrettich*

Tafelspitz in 1 kleineres und 1 groesseres Stueck teilen. Mit dem Gemuese, den Gewuerzen und Salz in einen Topf geben und mit kaltem Wasser bedecken. Einmal aufkochen lassen, Schaum abschoepfen und den Tafelspitz bei schwacher Hitze gut 1 Stunde ziehen lassen, bis das kleinere Stueck gar ist.

Dieses herausnehmen, mit Tafelspitzbruehe bedecken und ueber Nacht kalt stellen. Das groessere Stueck weitere 30 Minuten garen, dann in der Bruehe abkuehlen lassen und anderweitig verwenden.

Am naechsten Tag erstarrtes Fett von der Bruehe abheben, Fleisch herausnehmen und Bruehe abseihen. Die Zwiebel in einem grossen Topf in der Butter anduensten, mit Mehl bestaeuben, dann Sahne, Milch, 400 ml von der Bruehe und dem Weisswein einruehren. Alles aufkochen lassen und um ein Drittel einkochen. Den Meerrettich teeloeffelweise zugeben, bis der gewuenschte Schaerfegrad erreicht ist. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft abschmecken.

Das kleine Tafelspitzstueck von Sehnen und Fett befreien und das Fleisch in kleine Wuerfel schneiden. Das Gemuese in der Butter anduensten, mit etwas Bruehe abloeschen und mit Salz und Zucker abschmecken. Fleischwuerfel zugeben.

Die Suppe aufkochen, die eiskalte Butter in Wuerfelchen mit dem Stabmixer einarbeiten, bis die Suppe schoen dicklich ist. Suppe in vorgewaermte Teller fuellen, Einlage in die Mitte geben und vor dem Servieren etwas Meerrettich darueber reiben.

Zubereitungszeit: 45 Minuten

Stichworte	Gebunden, Gemuese, Rind, Suppe

Suppe, Gebunden, Rucola

RUCOLA-SUPPE

RUCOLA-SUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 Zwiebel*
- *1 EL Butter*
- *2 Bd. Rucola*
- *2 Becher Frischkaese; 400 g*
- *750 ml Fleischbruehe*
- *Salz, Pfeffer*

Zwiebel in kleine Wuerfel schneiden und in der Butter anduensten. Vom Ruccola nur die Blaetter klein schneiden und kurz mitduensten. 2 EL Blaetter zurueckbehalten.

Den Frischkaese unter die Masse ruehren und mit der Fleischbruehe abloeschen. Die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Suppe vor dem Servieren mit den kleingeschnittenen Ruccola- Blaettern bestreuen.

Stichworte	Gebunden, Rucola, Suppe

Suppe, Gebunden, Sauerampfer

SAUERAMPFER-CREMESUPPE

SAUERAMPFERSUPPE (GROSSMUTTER)

SAUERAMPFER-CREMESUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *50 g Hafer- oder Weizenmehl fein gemahlen*
- *1 l Gemuesebruehe*
- *Salz*
- *100 g Suesse Sahne*
- *1 Eigelb*
- *Pfeffer*
- *100 g Sauerampfer*

Das Mehl unter Ruehren im trockenen Topf roesten, bis es wuerzig duftet. Etwas abkuehlen lassen. Unter Ruehren Gemuesebruehe hinzufuegen, mit Salz wuerzen, aufkochen und bei kleiner Hitze 20 Min. ausquellen lassen. Achtung, die Suppe kocht leicht ueber!

Eigelb mit der Sahne verquirlen, langsam zugeben. Die Suppe darf jetzt nicht mehr kochen, sonst gerinnt sie. Den gewaschenen und geputzten Sauerampfer zufuegen (die Mittelrippen entfernt man am besten) und sofort mit dem Puerierstab zerkleinern. Mit frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken und servieren.

Tipp: Wenn Sie Gaeste erwarten, koennen Sie die Suppe vorkochen. Sie brauchen dann nur noch mit Eigelb und Sahne legieren und den vorbereiteten Sauerampfer hinzuzufuegen.

Stichworte	Gebunden, Sauerampfer, Suppe

SAUERAMPFERSUPPE (GROSSMUTTER)

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 Handvoll Sauerampfer und Kerbel*
- *Butter*
- *1 l Fleischbruehe*
- *2 Eigelb*
- *125 ml Sauerrahm*

Kraeuter fein hacken und in Butter daempfen. Mit der Fleischbruehe abloeschen und ca. 10 Minuten weiterkochen. Dann die Eigelbe mit dem Sauerrahm in einer Schuessel verruehren, etwas Suppe zugeben, gut verruehren und die restliche Suppe zugeben.

Stichworte	Gebunden, Sauerampfer, Suppe

Suppe, Gebunden, Sauerkraut

SAUERKRAUT-MEERRETTICHSUPPE MIT BLUTWURSTSCHEIBEN

SAUERKRAUT-MEERRETTICHSUPPE MIT BLUTWURSTSCHEIBEN

Für 2 Portionen

Zutaten

- *2 Schalotten*
- *1 Knoblauchzehe*
- *125 ml Weisswein*
- *1/4 l Gemuesebruehe*
- *125 ml Sahne*
- *50 g Kartoffeln; fein gerieben*
- *50 g Sauerkraut mit etwas Saft*
- *50 g Meerrettich; gerieben*
- *1 Lorbeerblatt*
- *1 Thymianzweig*
- *1 Nelke*
- *2 EL Butter*
- *1 EL Mehl*
- *100 g Blutwurstscheiben*
- *Salz, Pfeffer*
- *Cayennepfeffer*

Die Schalotten und die Knoblauchzehe fein hacken und in einem Topf mit 1 EL Butter anduensten. Dann alles mit Wein und Bruehe auffuellen. Das Lorbeerblatt, Nelke, Thymianzweig, feingeriebene Kartoffeln und Sauerkraut dazugeben. Mit Pfeffer, Salz und Cayennepfeffer wuerzen und 15 Minuten koecheln lassen.

Anschliessend Nelke, Lorbeerblatt und Thymianzweig herausnehmen. Die Suppe puerieren, den feingeriebenen Meerrettich einstreuen, die Sahne zugeben und alles nochmal aufkochen.

Abschliessend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Blutwurstscheiben in Mehl wenden und in Butter von beiden Seiten jeweils 1 Minute anbraten. Die Suppe mit den Blutwurstscheiben anrichten.

Stichworte	Gebunden, Sauerkraut, Suppe

Suppe, Gebunden, Spinat

SCHNELLE SPINATSUPPE

SCHNELLE SPINATSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *300 g Spinat; TK*
- *60 g Edamer*
- *2 Zwiebeln*
- *1/2 l Fleischbruehe*
- *1/2 Bd. Petersilie*
- *2 EL Butter*
- *Salz, Pfeffer*

Zwiebel wuerfeln. Kaese reiben. Petersilie waschen, fein hacken. Butter im Topf zerlassen und Zwiebeln darin glasig duensten. Mit Fleischbruehe auffuellen und zum Kochen bringen

Spinat tiefgefroren zufuegen und zugedeckt bei milder Hitze auftauen lassen und erwaermen. Dann alles verruehren, Kaese und Gewuerze untermischen und mit Petersilie bestreuen.

Stichworte	Gebunden, Spinat, Suppe

Suppe, Gebunden, Steckruebe

STECKRUEBEN-SUPPE

STECKRUEBEN-SUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *2 l Bruehe*
- *1 Bd. Suppengruen*
- *2 Zwiebeln*
- *2 Knoblauchzehen*
- *Pfefferkoerner*
- *600 g Steckrueben*
- *500 g Kartoffeln*
- *300 g Moehren*
- *2 Aepfel*
- *50 g Sahne*
- *50 g Gehackte Walnuesse*
- *Salz, Pfeffer*

Bruehe mit kleingeschnittenem Suppengruen, kleingehackten Zwiebeln, Knoblauchzehen und Pfefferkoernern zum Kochen bringen.

Steckrueben, Kartoffeln wuerfeln Moehren und Aepfel raspeln. Steckrueben und Kartoffeln zur Bruehe geben, darin garen. Kurz vor Ende der Garzeit Moehren und Apfelstifte zugeben und fertig garen.

Einen kleinen Teil der Moehren und Apfelstifte mit einer Kelle herausnehmen und beiseite legen. Die restliche Suppe puerieren, Sahne und gehackte Walnuesse zugeben, abschmecken.

Die Suppe auf Tellern anrichten und mit den Moehren- und Apfelstiften bestreuen.

Dazu; Knoblauchbrot

Stichworte	Gebunden, Steckruebe, Suppe

Suppe, Gebunden, Tomate

TOMATENSUPPE MIT QUARKNOCKEN

TOMATENSUPPE MIT QUARKNOCKEN

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 kg Reife Tomaten*
- *1/4 l Gemuesebruehe*
- *1 Lorbeeblatt*
- *2 Knoblauchzehen*
- *1 Zweig Basilikum*
- *140 g Parmesan; gehobelt*
- *2 EL Naturreis*
- *2 EL Geschlagene Sahne*
- *500 g Schichtquark*
- *150 g Hartweizengriess*
- *2 Eier*
- *Salz, Pfeffer, Muskatnuss*
- *Olivenoel*

Fuer die Quarknocken den Quark mit einem Schneebesen oder Ruehrgeraet glattruehren. Nach und nach 100 g Parmesan, den Hartweizengriess, die Eier, etwas Muskat und eine Prise Salz zugeben. Leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Dann mit einem Teeloeffel die Quarknocken abstechen und 8 - 10 Minuten im heissen Wasser ziehen lassen. Das Wasser darf nicht kochen, sonst zerfallen die Nocken. Die Nocken aus dem Wasser nehmen und zur Seite stellen. Den Reis inzwischen ca. 20 Minuten kochen.

Von den Tomaten den Stielansatz und die gruenen Stellen ausschneiden, kurz in kochendes Wasser legen und haeuten. Den Knoblauch in feine Blaetter, die Tomaten in grobe Stuecke schneiden. Knoblauch in Olivenoel anschwitzen. Tomaten und Lorbeerblatt dazugeben und mit der Gemuesebruehe auffuellen. Zugedeckt ca.20 Minuten leicht koecheln lassen, mit Salz und Pfeffer wuerzen. Danach die Suppe durch ein feines Sieb streichen, zurueck in den Topf geben und aufkochen lassen.

Nun die Sahne schlagen und die Basilikumblaetter in feine Streifen schneiden. Den Naturreis und die Nocken auf den Tellern verteilen, heisse Tomatensuppe daraufgiessen und mit einer Sahnehaube dekorieren. Zum Schluss mit Basilikum und dem Parmesan bestreuen.

Stichworte	Gebunden, Suppe, Tomate

Suppe, Gebunden, Tomate, Bohne

HEISSE TOMATENSUPPE MIT WEISSEN BOHNEN

HEISSE TOMATENSUPPE MIT WEISSEN BOHNEN

Für 1 Rezept

FUER DIE SUPPE

- *1 Karotte*
- *1 klein. Zwiebel*
- *1 klein. Knoblauchzehe*
- *2 Wacholderbeeren; zerdrueckt*
- *1 TL Tomatenmark*
- *1 EL Olivenoel*
- *1/4 l Gefluegelbruehe*
- *Salz*
- *1 TL Zucker*
- *8 Vollreife Tomaten*
- *1 Schuss Cayennepfeffer*
- *50 ml Sahne; saemig angequirlt*
- *1 TL Weissweinessig*
- *1 Knoblauchzehe in der Schale*
- *1 Basilikumzweig*

FUER DIE EINLAGE

- *100 g Weisse Bohnen (aus der Dose)*

Zwiebel, Knoblauch und Karotte schaelen und kleinschneiden.

Im Oel bei geringer Hitze mit einer Prise Salz, Zucker und den Wacholderbeeren anschwitzen. Das Tomatenmark hineinruehren und kurz mitduensten.

Von den Tomaten den Stielansatz entfernen, die Tomaten grob zerteilen und zum angeschwitzen Gemuese geben. Kurz mitduensten, mit der Gefluegelbruehe aufgiessen, mit Cayennepfeffer wuerzen und gegebenenfallsmit Salz etwas nachwuerzen.

Minuten leise koecheln lassen, aufmixen und durch ein Sieb passieren.

Die Basilikumblaetter von den Stielen zupfen, zwei schoene Blaetter zum Garnieren aufheben, den Rest in Streifen schneiden.

Sahne und Basilikumstreifen unter die Suppe ziehen, in tiefe Teller fuellen und mit Basilikumblaettern verzieren.

Kalorien pro Person ca. 390.

Stichworte	Bohne, Gebunden, Suppe, Tomate

Suppe, Gebunden, Topinambur, Wildschwein

TOPINAMBURSUPPE (ERDAEPFEL) MIT STREIFEN VON GERAEUCH ...

TOPINAMBURSUPPE (ERDAEPFEL) MIT STREIFEN VON GERAEUCH ...

Für 1 Rezept

Zutaten

- *200 g Wildschweinschinken*
- *6 mittl. Topinamburknollen*
- *1 Zwiebel; in Streifen*
- *1/3 Weisse Lauchstange; in Streifen*
- *50 g Sellerie; in Streifen*
- *1 Knoblauchzehe*
- *1/2 l Kalbsbruehe*
- *Salz und Pfeffer*
- *100 ml Creme fraiche*
- *20 ml Topinamburschnaps*

Topinamburknollen in Scheiben schneiden und mit den obengenannten Gemuesen und Gewuerzen anschwitzen. Kalbsbruehe aufgiessen. Ca. 30 Minuten kochen lassen. Mit dem Zauberstab oder Mixer durcharbeiten. Creme Fraiche dazugeben und mit Topinamburschnaps abschliessend verfeinern. Hauchduenne Schinkenstreifen aufstreuen.

Anmerkung: Topinambur wird auch haeufig auf Wildaeckern angepflanzt. Sollte der Gemuesehaendler keine bekommen, fragen Sie einen Jaeger oder Foerster in Ihrer Naehe danach.

Stichworte	Gebunden, Suppe, Topinambur, Wildschwein

Suppe, Gebunden, Wein

EIDERSTEDTER WIENSUPP

WEINSUPPE

EIDERSTEDTER WIENSUPP

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1500 ml Wasser*
- *125 g Graupen*
- *250 g Rosinen*
- *700 ml Weisswein*
- *150 g Zucker*
- *2 Eier*
- *1 Stange Zimt*

Graupen, Rosinen und eine Stange Zimt werden 45 Minuten in Wasser gegart.Hinzu kommen der Weisswein und der Zucker.

Die Eigelb mit etwas Zucker verquirlen und unter die Suppe heben. Eventuell mit einem Schuss Rum abschmecken.

Die Suppe in eine Terrine fuellen und die steif geschlagenen Eiweiss als kleine Haeufchen mit dem Loeffel daraufsetzen.

Diese Suppe gab es frueher an Festtagen (zur Taufe, Hochzeit, Geburtstag) zusammen mit Weissbrot und gekochtem Schinken und "Futjes" fuer die schon vormittags eintreffenden Gaeste.

Stichworte	Gebunden, Suppe, Wein

WEINSUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *100 g Rosinen*
- *100 g Gerstengraupen*
- *1 l Wasser*
- *1 Zitrone; in Scheiben*
- *1 Stange Kaneel (Zimt)*
- *700 ml Weisswein*
- *2 Eigelb*
- *100 g Zucker*

Zu Beginn Rosinen eine halbe Stunde garkochen. Alle Zutaten in einem Topf aufkochen. Dann 1 Flasche Weisswein dazugiessen und kurz aufkochen lassen.

Zwei Eigelb mit 100 g Zucker schaumig ruehren und vorsichtig die Suppe damit abruehren.

Stichworte	Gebunden, Suppe, Wein

Suppe, Gebunden, Wein, Teigware, Gefuellt

TERLANER WEINSUPPE MIT SCHLUTZKRAPFERL

TERLANER WEINSUPPE MIT SCHLUTZKRAPFERL

Für 4 Portionen

FUER DEN NUDELTEIG

- *100 g Roggenmehl; feingemahlen*
- *100 g Weizenmehl; feingemahlen*
- *1 Ei*
- *1 Eigelb*
- *1 EL Oel*
- *1 Schuss Salz*

FUER DIE FUELLUNG

- *1/2 Zwiebel*
- *1/2 Apfel*
- *150 g Suedtiroler Speck*
- *1 EL Keimoel*
- *4 Walnuesse*
- *1 Ei; zum Bestreichen*

FUER DIE SUPPE

- *300 ml Trockener Weisswein*
- *200 ml Sahne*
- *1 Ei*
- *2 Eigelb*
- *400 ml Gefluegelbruehe*
- *1 Schuss Cayennepfeffer*
- *klein. Piment*
- *3 EL Nussbutter (braune Butter)*
- *1 EL Schnittlauch; in Stiften*
- *klein. Zitronensaft*

Aus den angegebenen Zutaten einen Nudelteig zubereiten. 1 Stunde ruhen lassen.

Geschaelte Zwiebel, geschaelten, entkernten Apfel und den Speck in kleine Wuerfel schneiden. Die Walnuesse hacken und alles in Oel anschwitzen. Mit Pfeffer wuerzen und auf einem Sieb abtropfen lassen.

Den Teig duenn ausrollen. Plaetzchen im Durchmesser von ca. 6 cm ausstechen und mit verquirltem Ei bestreichen.

Kleine Haeufchen von der Fuellung in die Mitte der Teigplaetzchen setzen, auf die Haelfte zusammenklappen und die Raender gut festdruecken. Auf ein Tuch legen und trocknen lassen, bis die Suppe fertig ist.

Fuer die Suppe die Sahne dickschaumig schlagen. Ei, Eigelb, Weisswein und Gefluegelbruehe auf dem Wasserbad schaumig aufschlagen. Nussbutter, Piment und die Schlagsahne unterruehren.

Die Schlutzkrapfen in kochendem Salzwasser etwa 4 Minuten ziehen lassen.

Die Suppe, mit einem Mixer noch mal schaumig aufschlagen und in tiefe Teller fuellen. Die Schlutzkrapferl hineingeben.

Stichworte	Gebunden, Gefuellt, Suppe, Teigware, Wein

Suppe, Gebunden, Zitrone

LEGIERTE ZITRONENSUPPE

LEGIERTE ZITRONENSUPPE

Für 6 Portionen

Zutaten

- *300 g Haehnchenbrustfilet*
- *Salz, Pfeffer*
- *1 1/4 l Huehnerbruehe*
- *2 Lorbeerblaetter*
- *1 Bd. Suppengruen*
- *1/2 Bd. Staudensellerie*
- *2 Zitronen*
- *3 Eigelb*
- *2 EL Gehackte Petersilie*
- *Zucker*

Haehnchenfilet mit Salz und Pfeffer wuerzen, Bruehe und Lorbeer aufkochen, Filet dazugeben, bei schwacher Hitze 20 Min. ziehen lassen. Suppengruen putzen, Moehren und Sellerie fein wuerfeln, Porree in Ringe schneiden, Staudensellerie putzen, in Scheiben schneiden.

Fleisch herausnehmen, Moehren und Sellerie in der Bruehe zugedeckt 10 Min. leise kochen. Den Porree 5 Min. mitgaren.

1 EL Zitronenschale abreiben, 5 EL Saft auspressen und mit dem Eigelb verquirlen. Nach und nach etwas heisse Suppe unterruehren. Fluessigkeit in die heisse Suppe ruehren, dabei erhitzen, aber nicht mehr kochen. Fleisch in Scheiben schneiden, in die Suppe geben. Mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker wuerzen. Suppe mit Petersilie und Zitronenscheiben servieren.

pro Port.ca.138 kcal

Stichworte	Gebunden, Suppe, Zitrone

Suppe, Gebunden, Zitrone, Sellerie

WUERZIGE ZITRONENSUPPE (GRIECHENLAND)

WUERZIGE ZITRONENSUPPE (GRIECHENLAND)

Für 4 Portionen

Zutaten

- *3 Stangen Staudensellerie*
- *1 groß. Moehre*
- *1 groß. Zwiebel*
- *1 EL Olivenoel*
- *800 ml Bruehe*
- *50 g Langkornreis*
- *3 Eigelb*
- *3 EL Zitronensaft*
- *Salz*
- *Schwarzer Pfeffer*

Den Sellerie und die Moehre waschen und putzen. Die Zwiebel schaelen. Das ganze Gemuese in kleine Wuerfel schneiden. Das Oel in einem Topf erhitzen. Die Gemuesewuerfelchen hineingeben und sie unter Ruehren leicht anschwitzen, aber nicht braeunen. Die Bruehe in den Topf giessen und aufkochen lassen. Alles gut zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten koecheln lassen. Einige Gemuesewuerfelchen mit einer Schaumkelle aus der Bruehe nehmen und sie zum Garnieren beiseite stellen.

Das restliche Gemuese mit der Suppe im Mixer oder mit dem Puerierstab direkt im Topf puerieren.

Die Suppe dann wieder aufkochen lassen. Den Reis hineinstreuen und ihn zugedeckt bei schwacher Hitze ungefaehr 20 Minuten garkochen. Die Eigelbe in einer Schuessel cremig ruehren. Den Zitronensaft langsam unterschlagen, dann nach und nach 2 bis 3 Essloeffel der heissen Gemuesebruehe dazugiessen. Diese Creme mit Salz und Pfeffer wuerzen.

Den Topf von der Kochstelle nehmen. Die Eier-Zitronen-Sauce in den Topf giessen und alles gruendlich verruehren. Die Suppe noch kurz ziehen lassen, aber nicht mehr aufkochen. Abschmecken und zum Servieren die uebrigen Gemuesewuerfelchen hineingeben. Die Suppe schmeckt auch gekuehlt.

Stichworte	Gebunden, Sellerie, Suppe, Zitrone

Suppe, Gebunden, Zucchini

LEGIERTE ZUCCHINISUPPE

ZUCCHINI-CREME-SUPPE

LEGIERTE ZUCCHINISUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 mittl. Zucchini*
- *1/2 Zwiebel*
- *30 g Butter*
- *1 Schuss Salz*
- *Weisser Pfeffer; f.a.d.M.*
- *1 Schuss Gemahlener Knoblauch*
- *1 l Fleischbruehe; auch Instant*
- *Heller Sossenbinder*
- *2 Eigelb*
- *100 ml Suesse Sahne*

Die Zucchini schaelen und in kleine Wuerfel schneiden, in Butter anduensten und die Zucchini dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Knoblauch ueberstaeuben und mit der Fleischbruehe aufgiessen.

Anschliessend ca. 15 bis 20 Minuten koecheln lassen, Zucchini jetzt mit einem Schaumloeffel aus dem Topf nehmen und mit dem Mixstab puerieren. Die puerierte Masse wieder zur Suppe geben und nach Belieben mit dem Sossenbinder andicken.

Die beiden Eigelb mit der Sahne verruehren und dieses Gemisch in die Suppe giessen. Kurz aufkochen lassen und abschmecken.

Mit getoastetem Weissbrot und einem milden Weisswein servieren.

Stichworte	Gebunden, Suppe, Zucchini

ZUCCHINI-CREME-SUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 mittl. Zucchini*
- *1 EL Klare Gemuesebruehe (Instant)*
- *klein. Schlagsahne*
- *Salz, Pfeffer*
- *4 Weissbrotscheiben*

Zucchini aufschneiden, Kerne entfernen, in groessere Wuerfel schneiden. Gemuesebruehe in 1 l Wasser zum Kochen bringen. Zucchini hineingeben, garkochen lassen.

Die Suppe puerieren und mit einem Schuss Schlagsahne verfeinern. Mit Salz und Pfeffer wuerzen. Weissbrot toasten, in Wuerfel schneiden, auf die Suppe geben.

Stichworte	Gebunden, Suppe, Zucchini

Suppe, Gebunden, Zucchini, Kresse

ZUCCHINISUPPE MIT KRESSE

ZUCCHINISUPPE MIT KRESSE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1/2 Zwiebel, gewuerfelt*
- *1 TL Butterschmalz*
- *125 g Zucchini, klein gewuerfelt*
- *80 g Mehligkochende Kartoffeln, gekocht und zerkleinert*
- *300 ml Gemuesebruehe*
- *200 ml Vollmilch*
- *Pfeffer, Meersalz, Muskat*
- *1 Schale Kresse*
- *Sauerrahm zum Garnieren*

Zwiebel in Butterschmalz anschwitzen. Zucchiniwuerfel zugeben und mitschwitzen. Kartoffelstuecke zugeben und mit Gemuesebruehe aufgiessen. 4-5 Minuten kochen lassen. Alles puerieren, dabei die Milch zugiessen. Suppe mit Gewuerzen abschmecken. Kresseblaetter abschneiden. Einen Teil in die Suppe einruehren und einen Teil darueber streuen. Suppe mit einem Haeubchen Sauerrahm garnieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Stichworte	Gebunden, Kresse, Suppe, Zucchini

Suppe, Gebunden, Zwiebel

GRATINEE A L'OIGNON (FRANZOESISCHE ZWIEBELSUPPE)

GRATINEE A L'OIGNON (FRANZOESISCHE ZWIEBELSUPPE)

Für 1 Rezept

Zutaten

- *4 mittl. Zwiebeln*
- *50 g Butter*
- *150 g Gruyere; gerieben*
- *1 1/4 l Wasser*
- *1 TL Mehl*
- *8 Scheib. Weissbrot*
- *Salz, Pfeffer, Muskat*

Zwiebeln schaelen, in duenne Scheiben schneiden. In einer Kasserolle die Butter schmelzen, jedoch keine Farbe annehmen lassen, und die Zwiebeln hineingeben. Unter Ruehren die Zwiebeln eine goldgelbe Farbe annehmen lassen. Mehl ueber die Zwiebeln staeuben und das kochende Wasser hinzufuegen. Wenig salzen (auch der Kaese ist salzig), pfeffern und mit einer Prise geriebener Muskatnuss wuerzen.

Bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten koecheln lassen. In ofenfeste Portionsschaelchen je zwei getoastete Weissbrotschnitten legen, mit geriebenem Kaese bestreuen und die Bruehe zugiessen. Wenn das Brot aufschwimmt, nochmals geriebenen Kaese darueberstreuen und im heissen Backofen ca. 10 Minuten ueberbacken.

Stichworte	Gebunden, Suppe, Zwiebel

Suppe, Gebunden, Zwiebel, Maultasche

SCHWAEBISCHE ZWIEBELSUPPE

SCHWAEBISCHE ZWIEBELSUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *500 g Zwiebeln*
- *3/4 l Fleischbruehe*
- *1/4 l Weisswein*
- *1 EL Mehl*
- *8 Maultaschen*
- *200 g Kaese; gerieben*

Zwiebeln in feine Ringe schneiden und im Fett glasig duensten. Mehl darueberstaeuben und kurz anroesten. Bruehe zugiessen und 10 Min. koecheln lassen. Maultaschen zugeben und 5 Min. ziehen lassen. Mit Pfeffer und Weisswein abschmecken. Maultaschen herausnehmen, in Streifen schneiden, portionsweise in Suppentassen geben und mit Bruehe auffuellen. Mit Kaese bestreuen und ca. 10 Min. bei 200 Grad ueberbacken.

Stichworte	Gebunden, Maultasche, Suppe, Zwiebel

Suppe, Kalt, Apfel

KALTE APFELSUPPE MIT EIS

KALTE APFELSUPPE MIT EIS

Für 4 Portionen

Zutaten

- *3/4 l Apfelsaft*
- *1/2 Zimtstange*
- *1 Zitrone; die Schale*
- *750 g Aepfel*
- *2 EL Apfelsaft*
- *1 TL Vanillepuddingpulver*
- *100 g Rum Rosinen*
- *2 EL Zucker*
- *500 ml Vanilleeis*

Apfelsaft mit Zimtstange und Zitronenschale aufkochen. Aepfel schaelen, entkernen, in feine Spalten schneiden, im Apfelsaft garen und leicht zerfallen lassen.

Zimtstange und Zitronenschale herausnehmen. 2 EL Apfelsaft mit Puddingpulver verruehren und die Suppe damit leicht binden.

Abgetropfte Rosinen hinzufuegen, die Suppe mit Zucker abschmecken und erkalten lassen. Suppe in Teller fuellen und je 2 Kugeln Eis hinzugeben.

Stichworte	Apfel, Kalt, Suppe

Suppe, Kalt, Kaese

GEEISTE KAESESUPPE MIT KRAEUTERCROUTONS

GEEISTE KAESESUPPE MIT KRAEUTERCROUTONS

Für 2 Portionen

Zutaten

- *1 groß. Mehligkochende Kartoffel*
- *350 ml Gemuesebruehe*
- *125 ml Vollmilch*
- *100 g Weichkaese, gut schmelzend ohne Rinde*
- *100 ml Saure Sahne*
- *Salz und Pfeffer*
- *Koriander; gemahlen*

FUER DIE CROUTONS

- *1 Scheib. Toastbrot*
- *1 TL Oel*

ZUM BESTREUEN

- *1 EL Gemischte Kraeuter kleingehackt*

Kartoffel schaelen und in Wuerfel schneiden. In der Gemuesebouillon bei schwacher Hitze zugedeckt weich kochen.

Die Milch in einer Sauteuse (16 cm Durchmesser) erhitzen. Von der Kochplatte nehmen und den kleingeschnittenen Kaese unter Ruehren mit einem Kochloeffel darin aufloesen, aber nicht kochen lassen!

Die Kaesemilch mit der sauren Sahne in den Topf zu der gekochten Kartoffel geben und mit dem Stabmixer fein puerieren. Mit Salz, Pfeffer und Koriander wuerzen und im Kuehlschrank kaltstellen.

Toastbrot in kleine Wuerfel schneiden und in erhitztem Oel goldbraun roesten. Auf Kuechenpapier abtropfen lassen und mit den Kraeutern vermischen.

Die kalte Suppe in tiefe Teller geben und mit den Kraeutercroutons bestreuen.

Kalorien pro Person ca. 430.

Info zum Rezept

Die Milch darf mit dem Kaese nicht kochen, sonst wird sie griesselig. Je nach Groesse der Kartoffel muss eventuell noch etwas Milch oder Gemuesebruehe hinzugefuegt werden, um die richtige Konsistenz zu erhalten. Im Winter kann man die Kaesesuppe natuerlich auch heiss geniessen. Aber viel raffinierter schmeckt sie natuerlich eisgekuehlt.

Stichworte	Kaese, Kalt, Suppe

Suppe, Kalt, Melone

PIKANTE KALTSCHALE VON HONIGMELONE, ORANGE UND FENCHEL

PIKANTE KALTSCHALE VON HONIGMELONE, ORANGE UND FENCHEL

Für 2 Portionen

Zutaten

- *1 Reife Honigmelone*
- *1 TL Fluessiger Honig*
- *1/2 TL Oel*
- *1/2 Fenchelknolle*
- *1/2 Apfel*
- *1 Orange*
- *1 Schuss Kardamon*

Melone entkernen und aus dem Fruchtfleisch mit einem Teeloeffel oder einem Kugelausstecher 15-2O Kugeln herausloesen. Das restliche Fleisch der Melone zusammen mit dem Honig und dem Keimoel in der kleinen Schuessel des CombiMax puerieren.

Die Fenchelknolle putzen, zerkleinern und zusammen mit dem in Spalten geschnittenen Apfel in der grossen Schuessel des CombiMax mit dem Entsafteraufsatz entsaften. Orange durch den Combi-Max auspressen lassen.

Das Melonenpueree mit dem Fenchel-Apfelsaft und dem Orangensaft verruehren, mit Kardamon wuerzen und mit den Melonenkugeln vermischt im Kuehlschrank eine knappe Stunde lang kaltstellen. In Schalenglaesern servieren.

Kalorien pro Person ca. 170.

Info ueber das Rezept

Verwenden Sie die Fruechte am besten gleich direkt aus dem Kuehlschrank. Den Honig sollten Sie allerdings in etwas Orangensaft leicht erwaermen, damit er sich besser aufloest.

Das Keimoel dient dazu, fettloesliche Vitamine fuer den Organismus verwertbar zu machen. Nur in Verbindung mit Fett kann Carotin in das fuer unseren Koerper verwertbare Vitamin A umgewandelt werden.

Stichworte	Kalt, Melone, Suppe

Suppe, Kalt, Portugal

GAZPACHO-SALMOREJO

GAZPACHO-SALMOREJO

Für 4 Portionen

Zutaten

- *250 ml Olivenoel*
- *2 EL Sherry- oder Balsamico-Essig*
- *3 Knoblauch-Zehen*
- *450 g Weissbrot; mind. einen Tag alt*
- *250 g Tomaten*
- *1 Gurke*
- *2 klein. Zucchini*
- *1 Hartgekochtes Ei*
- *2 Scheib. Rohen Schinken*
- *Salz und Pfeffer*

Alle Zutaten mit dem Handmixer puerrieren bis es eine gleichmaessige, saemige Masse ist. Das Ei kleinhacken, den Schinken in feine Streifen schneiden und in der Pfanne roesten. Die Gazpacho in Suppenteller fuellen und mit Ei und Schinkenstreifen garnieren.

Stichworte	Kalt, Portugal, Suppe

Suppe, Kalt, Suess, Kirsche

KIRSCHSUPPE MIT GRIESSKLOESSCHEN

KIRSCHSUPPE MIT GRIESSKLOESSCHEN

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1/4 l Milch*
- *125 ml Wasser*
- *1 Schuss Salz*
- *50 g Butter*
- *200 g Hartweizengriess*
- *2 Eier; auf Wunsch mehr*
- *1 kg Kirschen*
- *3/4 l Wasser*
- *60 g Zucker*
- *2 Stangen Zimt*

Milch mit 1/8 Ltr. Wasser, Salz und Butter zum Kochen bringen, Griess langsam einruehren und 10-15 Min. bei milder Hitze quellen lassen.

Eier verquirlen und in den Brei einruehren. Mit einem grossen Loeffel Kloesschen abstechen,in schwach kochendes Salzwasser legen und zugedeckt 10-15 Min. langsam ziehen lassen. Herausnehmen und abkuehlen lassen.

Kirschen waschen, entsteinen und mit 3/4 Ltr. Wasser, Zucker und Zimtstangen zum Kochen bringen. 10-15 Min. bei milder Hitze kochen lassen.

Zimtstangen herausnehmen und abschmecken. Abkuehlen lassen.

Stichworte	Kalt, Kirsche, Suess, Suppe

Suppe, Kalt, Tomate

GEEISTE TOMATENSUPPE

GEEISTE TOMATENSUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *200 g Fleischtomaten*
- *125 ml Fleischbruehe*
- *2 EL Rotwein*
- *Gruene Pfefferkoerner*
- *Basilikum*
- *1 Prise Gin*
- *Jodsalz*

Fleischtomaten enthaeuten, entkernen, klein schneiden und mit dem Mixstab puerieren. Kalte Fleischbruehe und wenig Rotwein dazugiessen und mit den gruenen Pfefferkoernern, Basilikum, etwas Gin und Jodsalz abschmecken. Mit Eiswuerfeln servieren.

Stichworte	Kalt, Suppe, Tomate

Suppe, Kalt, Tomate, Bohne

TOMATENSUPPE MIT WEISSEN BOHNEN

TOMATENSUPPE MIT WEISSEN BOHNEN

Für 2 Portionen

Zutaten

- *1 Karotte; gewuerfelt*
- *1 klein. Zwiebel; gewuerfelt*
- *1 EL Olivenoel*
- *1/4 l Gemuesebruehe*
- *Salz*
- *1 TL Zucker*
- *800 g Vollreife Tomaten*
- *Cayennepfeffer*
- *1 TL Weissweinessig*
- *1 Knoblauchzehe in der Schale*
- *2 Basilikumzweige*
- *100 g Weisse Bohnen (aus der Dose)*

Moehren- und Zwiebelwuerfel in Olivenoel anschwitzen und mit Salz und Zucker wuerzen.

Tomaten waschen und in Stuecke schneiden. Zum Gemuese geben und kurz mitanduensten. Mit Gemuesebruehe aufgiessen, Knoblauchzehe und einen Basilikumzweig dazugeben. Mit Cayennepfeffer und Weissweinessig wuerzen.

Zehn bis 15 Minuten bei schwacher Hitze koecheln lassen. Puerieren und durch ein Sieb passieren.

Bohnen auf dem Sieb abtropfen lassen und in der Suppe erwaermen. Basilikumblaetter in feine Streifen schneiden und die Suppe damit bestreuen.

Pro Person: ca. 240 kcal.

Stichworte	Bohne, Kalt, Suppe, Tomate

Suppe, Kaltschale

KIRSCH-STACHELBEER-KALTSCHALE

KIRSCH-STACHELBEER-KALTSCHALE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *500 g Kirschen*
- *500 g Stachelbeeren*
- *100 g Zucker*
- *3/4 l Wasser*
- *1 Unbeh. Zitrone; die Schale*
- *2 EL Speisestaerke*
- *4 EL Wasser*

Obst waschen und Kirschen entsteinen. Mit Wasser, Zucker und Zitronenschale zum Kochen bringen und zugedeckt bei milder Hitze 5- 10 Minuten kochen lassen.

Speisestaerke mit kaltem Wasser anruehren, zum Obst geben, gut durchruehren und nochmals aufkochen lassen. Zitronensaft einruehren, Kaltschale abkuehlen lassen.

Stichworte	Kaltschale, Suppe

Suppe, Kichererbse

KICHERERBSENSUPPE

KICHERERBSENSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *250 g Kichererbsen*
- *1 1/2 EL Natron*
- *2 Zwiebeln; gerieben*
- *1 Tasse Olivenoel*
- *Salz*
- *Zitronensaft*

Kichererbsen ueber Nacht in Salzwasser einweichen, abtropfen lassen und in einen Topf mit so viel Wasser geben, dass sie gerade noch bedeckt sind. Natron dazugeben und einmal aufkochen lassen.

Danach abseihen, kalt abspuelen und in heisses Wasser geben. Mit den Haenden Kichererbsen reiben, so dass sie die Haeute verlieren.

In einem Topf das Oel heiss werden lassen und die geriebenen Zwiebeln darin daempfen. Die enthaeuteten Kichererbsen weichkochen, dann reichlich Zitronensaft dazugeben und servieren.

Wenn konservierte Kichererbsen (Dose) verwendet werden, entfaellt die Vorbereitungsprozedur.

Stichworte	Kichererbse, Suppe

Suppe, Kichererbse, Spinat, Pilze

ZUPPA DEI CECI E SPINACI; KICHERERBSENSUPPE

ZUPPA DEI CECI E SPINACI; KICHERERBSENSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *300 g Kichererbsen*
- *10 g Getrocknete Steinpilze*
- *125 ml Trockener Weisswein*
- *200 g Spinat*
- *200 g Tomaten*
- *4 Sardellenfilets*
- *1 Zwiebel*
- *Einige Zweige Thymian*
- *2 EL Olivenoel*
- *1 EL Pinienkerne*
- *Salz*
- *Schwarzer Pfeffer*

ZUM SERVIEREN

- *4 Geroestete Brotscheiben*

Die Kichererbsen in einer Schuessel mit Wasser bedecken und 12 Std. quellen lassen. Steinpilze mit dem Wein begiessen und 1 Std. quellen lassen. Steinpilze herausnehmen und kleinschneiden. Wein durch eine Filtertuete giessen.

Kichererbsen abgiessen, mit 3/4 l frischem Wasser bedeckt zum Kochen bringen. Die Kichererbsen zugedeckt bei mittlerer Hitze 1 Std. weich garen.

Inzwischen den Spinat verlesen, gruendlich waschen, abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden. Die Tomaten mit kochendem Wasser ueberbruehen, kurz darin ziehen lassen, kalt abschrecken und haeuten. Die Tomaten wuerfeln. Die Sardellenfilets hacken. Die Zwiebel schaelen und ebenfalls hacken. Den Thymian waschen und die Blaettchen von den Stielen abstreifen.

Das Oel in einem grossen Topf erhitzen. Die Zwiebel, Sardellen, Pilze, Pinienkerne und den Thymian darin unter Ruehren anduensten. Spinat dazuruehren und unter Ruehren mitduensten. Tomaten dazugeben, alles mit Salz und Pfeffer wuerzen, mit dem Wein aufgiessen und zugedeckt bei schwacher Hitze 10 Min.garen. Einige Kichererbsen aus dem Topf nehmen, die uebrigen mit der Garfluessigkeit puerieren.

Ganze und puerierte Kichererbsen zum Gemuese in den Topf geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem geroesteten Brot servieren.

Sie koennen das Brot auch in die Suppenteller legen und die Suppe darueber giessen.

Stichworte	Kichererbse, Pilze, Spinat, Suppe

Suppe, Klar, Broccoli

BROCCOLISUPPE MIT SCHINKEN

BROCCOLISUPPE MIT SCHINKEN

Für 4 Portionen

Zutaten

- *300 g Broccoli; Roeschen, vor allem aber*
- *Abfaelle von Stengeln und Struenken*
- *1 klein. Zwiebel*
- *Salz*
- *1 Knoblauchzehe*
- *30 g Butter (Margarine)*
- *Pfeffer*
- *Muskatnuss*
- *125 ml Weisswein*
- *125 ml Sahne*
- *50 g Gekochter Schinken*
- *2 EL Petersilie; gehackt*

Broccoli etwas kleiner schneiden und in Salzwasser 8-15 Min. weich kochen, je nach Dicke und Alter. Inzwischen Zwiebel hacken, Knoblauch zerdruecken. Die Zwiebel in 15 g Butter glasig duensten, Knoblauch fuer 1 Min. dazugeben.

Broccoli mit dem Schaumloeffel herausholen, Roeschen zur Seite legen, Stengel und Struenke im Mixer puerieren. Kochsud mit Wein und Wasser auf 3/4 l auffuellen, mit dem Pueree aufkochen, Zwiebel, Knoblauch, Sahne, Roeschen hineinruehren und mit allen Gewuerzen abschmecken.

Zum Schluss den gehackten Schinken und die Petersilie darueberstreuen, die restliche Butter in der Suppe zerschmelzen lassen.

Pro Portion ca. 220 kcal

Stichworte	Broccoli, Klar, Suppe

Suppe, Klar, Ente

ENTENKRAFTBRUEHE

ENTENKRAFTBRUEHE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *2 Entenkarkassen*
- *3 EL Oel*
- *1/2 Knollensellerie, in Wuerfeln*
- *1/2 Stange Lauch, in Streifen*
- *2 Zwiebeln; mit Schale kleingeschnitten*
- *2 Karotten; in Scheiben*
- *6 Wacholderbeeren*
- *10 Pfefferkoerner*
- *6 Gewuerznelken*
- *1 Lorbeerblatt*

ZUM KLAEREN, FALLS ERWUENSCH

- *3 l Fleischbruehe*
- *3 Eiweiss*
- *200 g Mageres Rindfleisch (Wade) durchgemahlen*
- *3 EL Karotten; kleingeschnitten*
- *3 EL Lauch; kleingeschnitten*
- *3 EL Sellerie; kleingeschnitten*
- *Eiwuerfel*

Die Entenknochen anbraten und zusammen mit den Wurzelgemuesen schoen braun roesten. Gewuerze zufuegen und mit Bruehe auffuellen. Alles langsam zum Koecheln bringen und immer wieder den Schaum abschoepfen. Die Fluessigkeit sollte dach ca 2 Stunden zur Haelfte reduziert sein. Durch ein Tuch abseihen und kalt werden lassen.

Zum KLAEREN, die kalte, entfettete Bruehe mit den Eiweissen, den Gemuesen und dem Hackfleisch verruehren und unter staendigem (!) Ruehren LANGSAM erhitzen. Das Eiweiss bindet dabei alle Truebstoffe und die Bruehe wird glasklar.

EINLAGEN: gefuellte Ravioli, Kloesschen, Kerbelblaettchen...

Stichworte	Ente, Klar, Suppe

Suppe, Klar, Garnele

KNOBLAUCHSUEPPCHEN MIT RIESENGARNELEN

KNOBLAUCHSUEPPCHEN MIT RIESENGARNELEN

Für 4 Portionen

Zutaten

- *3 Knollen junger Knoblauch*
- *1 Fruehlingszwiebel*
- *2 EL Butter*
- *2 Schalotten*
- *25 g Staudensellerie; in feinen Scheibchen*
- *3 EL Trockner Weisswein*
- *400 ml Gefluegelbruehe*
- *2 Salbeiblaetter*
- *Salz, Pfeffer aus der Muehle*
- *50 ml Schlagsahne*
- *2 EL Trockner weisser Wermut z.B. Noilly Prat*
- *4 Riesengarnelen, ungekocht*
- *Olivenoel zum Braten*
- *1 Zweig Thymian*
- *1 Knoblauchzehe*

Den Knoblauch und die Fruehlingszwiebel waschen und kleinschneiden, in kochendem Wasser bruehen und dann in kaltem Wasser abschrecken, abtropfen lassen.

Etwas Butter erhitzen und die kleingewuerfelten Schalotten sowie den Staudensellerie, Knoblauch und Fruehlingszwiebel leicht anduensten, mit Weisswein abloeschen und mit der Bruehe auffuellen, den Salbei dazugeben und mit Salz und Pfeffer wuerzen, ca. 10 Minuten kochen lassen. Vom Herd nehmen und puerieren. Dann durch ein Sieb streichen, erneut im Topf auf den Herd stellen und die Sahne sowie den Wermut dazugeben, aufkochen lassen. Die restliche kalte Butter mit dem Schneebesen unterziehen und abschmecken.

Die Riesengarnelen ausbrechen bis auf die Schwanzflosse, ueber den Ruecken einschneiden, den Darm entfernen, in der Pfanne in Olivenoel mit dem Thymian nicht zu lange braten. Als Garnitur noch einige Knoblauchchips (fein gehobelte Knoblauchzehe, geht am besten mit Trueffelhobel) hobeln und im heissen Olivenoel nicht zu kross braten. Auf Kuechenpapier abtropfen lassen und zum Schluss ueber die Suppe streuen.

Stichworte	Garnele, Klar, Suppe

Suppe, Klar, Garnele, Schinken, Huhn

GLASNUDELSUPPE MIT GARNELEN & SCHINKEN

GLASNUDELSUPPE MIT GARNELEN & SCHINKEN

Für 2 Portionen

Zutaten

- *5 g Glasnudeln*
- *50 g Rohe Garnelen*
- *30 g Gekochter Schinken*
- *50 g Gegartes Huehnerfleisch*
- *1/2 l Huehnerbruehe*
- *1 1/2 TL Salz*
- *2 TL Zucker*
- *1 Schuss Glutamat*
- *Pfeffer*
- *1 EL Schnittlauchroellchen*
- *Sesamoel*

Die Glasnudeln fuer etwa 10 Minuten in heissem Wasser einweichen. Die Garnelen schaelen, waschen und in einem Sieb abtropfen lassen.

Den Schinken und das Huehnerfleisch in Streifen schneiden. Die Huehnerbruehe zum Kochen bringen. Die Schinken- sowie die Huehnerfleischstreifen in die heisse Bruehe geben und aufkochen lassen. Die Suppe mit Salz, Zucker und Glutamat abschmecken.

Nun die Hitzezufuhr reduzieren. Die eingeweichten und abgetropften Glasnudeln sowie die Garnelen in die Suppe geben und erneut bei starker Hitze zum Kochen bringen. Abschliessend mit Pfeffer wuerzen. Die Suppe in 2 Reisschalen fuellen, mit den Schnittlauchroellchen bestreuen und mit dem Sesamoel verfeinern.

Stichworte	Garnele, Huhn, Klar, Schinken, Suppe

Suppe, Klar, Garnele, Thailand

SUPPE MIT GARNELEN UND KOKOSMILCH

SUPPE MIT GARNELEN UND KOKOSMILCH

Für 4 Portionen

Zutaten

- *500 ml Kokosmilch*
- *6 Duenne Scheiben junge Galgantwurzel*
- *2 Staengel Zitronengras*
- *5 Frische Blaetter von Kaffir- Limetten (aus dem*
- *Asienshop)*
- *250 g Garnelen, aus der Schale geloest*
- *5 EL Fischsauce*
- *2 EL Zucker*
- *125 ml Limettensaft*
- *1 TL Schwarze Chilisauce (aus dem Asienshop)*
- *4 EL Korianderblaetter*
- *5 Gruene thailaendische Chilischoten*

In einem grossen Topf die Haelfte der Kokosmilch zusammen mit der Galgantwurzel, dem Zitronengras und den Limettenblaettern zum Kochen bringen. Die aus der Schale geloesten Garnelen, Fischsauce und Zucker hinzufuegen.

Zutaten etwa vier Minuten ziehen lassen, bis die Garnelen gar sind. Restliche Kokosmilch dazugiessen und aufkochen lassen, abschmecken.

Limettensaft mit der Chilisauce mischen, zur Suppe ruehren.

Die Korianderblaetter und die Streifen von den Chilischoten unter die Suppe mengen.

Stichworte	Garnele, Klar, Suppe, Thailand

Suppe, Klar, Gemuese

GEMUESESUPPE MIT ASIATISCHEN GEWUERZEN

GEMUESESUPPE MIT ASIATISCHEN GEWUERZEN

Für 2 Portionen

Zutaten

- *1 Karotte*
- *1 Selleriestange*
- *1/2 Duenne Lauchstange*
- *1 TL Oel*
- *1 TL Erdnussoel*
- *Salz*
- *1 Schuss Zucker*
- *600 ml Klare Huehnerbruehe*
- *klein. Cayennepfeffer*
- *1 EL Austernsauce*
- *1/2 TL Ingwer; gerieben*
- *1 Schuss Koriander; gemahlen*
- *1 Schuss Kuemmel; gemahlen*
- *1 Schuss Kurkuma*
- *klein. Zitronensaft*
- *1 TL Koriandergruem; gehackt*

Die Karotte schaelen und wie die gewaschene Sellerie- und Lauchstange in feine Streifen schneiden.

Das Oel in einem Kochtopf (20 cm Durchmesser) erhitzen und das Gemuese darin anschwitzen. Mit Salz und Zucker wuerzen und mit Huehnerbruehe aufgiessen. Die uebrigen Gewuerze hinzufuegen und bei schwacher Hitze garen lassen.

Die Suppe auf Teller verteilen und mit Koriandergruen bestreuen.

Kalorien pro Person ca. 130 Kalorien.

Anmerkung: Anstelle der asiatischen Gewuerze kann man die Gemuesesuppe auch mit Knoblauch und frischen Mittelmeerkraeutern wuerzen, wie Thymian, Rosmarin oder Salbei. Mit frisch geriebenem Parmesan bestreut hat man dann eine italienische Gemuesesuppe.

Stichworte	Gemuese, Klar, Suppe

Suppe, Klar, Gemuese, Pilz

GLASNUDELSUPPE

GLASNUDELSUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1 Dos. Gemischte Pilze*
- *200 g Karotten*
- *1 Kohlrabi*
- *1 l Gemuesebruehe*
- *50 g Glasnudeln*
- *2 EL Oel*
- *1 EL Sojasauce*
- *1 Schuss Kardamon*
- *Salz und Pfeffer*

Pilze abspuelen, abtropfen lassen. Karotten und Kohlrabi schaelen, in duenne Stifte schneiden. Pilze in gleich grosse Stuecke teilen.

Oel in einem Topf erhitzen. Pilze darin kurz anbraten, Gemuese zugeben und 5 min unter Ruehren anbraten. Bruehe angiessen und 10 min koecheln lassen. Glasnudeln kleinschneiden, mit den Gewuerzen zum Gemuese geben und 5 min mitkochen lassen. Mit Sojasauce abschmecken.

Stichworte	Gemuese, Klar, Pilz, Suppe

Suppe, Klar, Gerste, Gemuese

GERSTENSUPPE MIT WURZELGEMUESE

GERSTENSUPPE MIT WURZELGEMUESE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *80 g Gerste*
- *2 Stangen Lauch*
- *6 Karotten*
- *1 klein. Sellerie*
- *2 EL Oel*
- *1 l Bruehe*
- *1 EL Gemischte Kraeuter*
- *Salz*

Gerste ueber Nacht in Wasser einweichen. Lauch putzen und in duenne Ringe schneiden. Karotten und Sellerie schaelen und in duenne Stifte schneiden. Oel erhitzen und das Gemuese darin anduensten.

Bruehe angiessen und 20 Min. koecheln lassen. Einweichwasser der Gerste abgiessen und die Koerner zum Gemuese geben. Weitere 10 Min. kochen lassen. Mit Kraeutern und Salz abschmecken.

Stichworte	Gemuese, Gerste, Klar, Suppe

Suppe, Klar, Haehnchen

HUEHNERSUPPE

HUEHNERSUPPE

Für 6 Portionen

Zutaten

- *1 Suppenhuhn, freilaufend a ca. 2 kg*
- *1 Suppenbund*
- *1/2 Bd. Petersilie*
- *1 Zwiebel; angeschwaerzt*
- *1 Lorbeerblatt*
- *10 Pfefferkoerner*
- *3 Wachholderbeeren*
- *1 TL Salz*
- *500 g Suesse Sahne*
- *50 g Butter*
- *20 g Mehl*
- *Schnittlauch*

Mit dem Suppenhuhn, Suppenbund, Petersilie und den Gewuerzen eine Bruehe aufsetzen. Grundsaetzlich wird eine Bruehe kalt aufgesetzt wenn sie koechelt und sich Schaum gebildet hat, die Hitze herunterschalten - Deckel drauf und leise simmern (koecheln) lassen. Den Schaum nie abschoepfen. Er setzt sich auf der Suppe ab und sein Eiweiss macht die Suppe klar, diese darf aber nur leise koecheln.

Als Aroma- und Farbgeber gibt man eine halbierte, auf der Herdplatte angeschwaerzte Zwiebel in die Bruehe.

Nach 20-30 Minuten (je nach Groesse des Huhnes) die Brueste des Huhnes entfernen, den Rest weiterkochen lassen.

Die Keulen kann man spaeter mit dem Suppengemuese servieren.

Die beiden Huehnerbrueste reichen fuer 6 Personen. Dazu 6-8 Suppenkellen von der Bruehe entnehmen und um ein Drittel einkochen lassen. In diesen Sud giesst man die Sahne und bindet alles mit einer Mehlbutter (dazu werden Butter und Mehl homogen verknetet). Die Konsistenz sollte saemig nicht dickfluessig sein! Etwas salzen, fals notwendig.

Nun die warmgestellten Huehnerbrueste in Streifen schneiden, auf einen Teller geben, frischen Schnittlauch dazu und mit dem Bruehe- Sahne-Fond aufgiessen.

Dazu passt ein Baguette und etwas Champagner oder Winzersekt.

Als zweiten Gang einfach die Haehnchenkeulen mit dem Suppengemuese servieren.

Stichworte	Haehnchen, Klar, Suppe

Suppe, Klar, Kartoffel

KLARE ERDAEPFELSUPPE

KLARE ERDAEPFELSUPPE

Für 4 Portionen

Zutaten

- *2 Speckige Erdaepfel*
- *8 Junge Karotten*
- *4 Schalotten*
- *50 g Bauchspeck*
- *1 Lorbeerblatt*
- *1 TL Getrockneter Majoran*
- *1 Prise Weinessig*
- *1 TL Kuemmel*
- *1 TL Maismehl*
- *1 EL (-2) Frische Kraeuter; ca. gehackt*
- *Petersilie, Liebstoeckel und Bohnenkraut*
- *nach Belieben*
- *Salz, Pfeffer*

Die Erdaepfel schaelen und in kleine Wuerfel schneiden. Karotten schaelen und blaettrig schneiden, Schalotten schaelen und fein hacken.

Das Gemuese in 1 Ltr. Wasser aufkochen und 5 bis 8 Minuten koecheln lassen.

Den Speck in Wuerfel schneiden. Speck, Lorbeerblatt, Majoran, Essig und Kuemmel in die Suppe geben.

Maismehl mit 1 EL Wasser verruehren und die Suppe damit ganz leicht binden. Die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit frischen Kraeutern bestreut servieren.

Stichworte	Kartoffel, Klar, Suppe

Suppe, Klar, Nockerl

GRIESSNOCKERLSUPPE

GRIESSNOCKERLSUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1/4 l Milch*
- *1 EL Butter*
- *1 TL Salz*
- *100 g Weizengriess*
- *2 Eier*

Die Milch mit Butter und Salz zum Kochen bringen. Den Griess hineinstreuen, so lange ruehren, bis sich die Masse vom Topfboden loest. Den Topf vom Herd nehmen, 1 Ei in den heissen Brei ruehren und abkuehlen lassen, dann das 2. Ei unterruehren.

Mit 2 nassen Teeloeffeln aus dem Brei Kloesschen abstechen und 10 Minuten in der Bruehe garen lassen.

Stichworte	Klar, Nockerl, Suppe

Suppe, Klar, Pflaume

WEINSUPPE MIT BACKPFLAUMEN

WEINSUPPE MIT BACKPFLAUMEN

Für 4 Portionen

Zutaten

- *8 Trockenpflaumen*
- *400 ml Weissburgunder; (trocken/halbtrocken)*
- *50 g Butter*
- *30 g Mehl*
- *400 ml Kalbsfond*
- *100 g Creme fraiche*
- *100 g Suesse Sahne*
- *Salz, Pfeffer*
- *Kresse*

Getrocknete Pflaumen am Tag zuvor in den Wein einlegen. Butter im Topf zerlaufen lassen, mit Mehl binden, mit dem Kalbsfond abloeschen und aufkochen lassen.

Zwischenzeitlich den Weissburgunder mit den Backpflaumen solange erhitzen, dass die Pflaumen heiss werden. Dann den Wein mit den Fruechten zu dem Fond geben, die suesse Sahne einruehren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Suppe in tiefen Tellern anrichten, je zwei heisse Backpflaumen mit einem Loeffel Creme fraiche dekorieren und mit Kresse bestreuen.

Stichworte	Klar, Pflaume, Suppe

Suppe, Klar, Tortellini

KLARE BRUEHE MIT TORTELLINI

KLARE BRUEHE MIT TORTELLINI

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 Bd. Suppengruen*
- *15 kg Ochsenbein*
- *Pfeffer*
- *Salz*
- *2 Lorbeerblaetter*
- *4 Nelkenkoepfe*
- *1 EL Wacholderbeeren*
- *1 EL Pfefferkoerner*
- *40 g Parmesan*
- *1 Bd. Glatte Petersilie*
- *500 g Tortellini*

Das Suppengruen putzen, waschen und in grobe Stuecke zerteilen. Ochsenbein mit Salz und Pfeffer einreiben und zusammen mit dem Suppengruen, Lorbeeren, Nelken, Wacholderbeeren und Pfefferkoernern in 2 Ltr. Wasser zum Kochen bringen.

Mit der Schaumkelle den Schaum von der Bruehe abnehmen, die Bruehe bei mittlerer Hitze 1,5 Stunden leise kochen lassen. Eventuell zwischendurch abschaeumen. Den Parmesan fein raspeln, Petersilienblaetter zupfen und fein hacken.

Die Bruehe durch ein feines Sieb giessen, noch einmal aufkochen und die Tortellini darin nach Packungsanweisung garen. Eventuell mit Salz und Pfeffer nachwuerzen. Mit Kaese und Petersilie bestreut servieren.

pro Port.ca.251 kcal

Stichworte	Klar, Suppe, Tortellini

Suppe, Linse, Indien

SCHARFE LINSENSUPPE (AUS INDIEN)

SCHARFE LINSENSUPPE (AUS INDIEN)

Für 4 Personen

Zutaten

- *2 Zwiebeln*
- *2 EL Ghee oder Butterrschmalz*
- *2 Knoblauchzehen*
- *3 TL Scharfes Currypulver*
- *800 ml Bruehe*
- *200 g Schwarze Linsen*
- *3 klein. Tomaten*
- *Salz*
- *3 TL Tamarindenpaste oder Zitronensaft*
- *1 klein. Unreife Mango*
- *Frische Minzeblaettchen*

Zwiebeln schaelen, wuerfeln und in einem breiten Topf im Ghee glasig werden lassen. Knoblauch dazupressen. Curry einstreuen, anschwitzen und Bruehe dazugiessen. Linsen waschen und im Topf ca.45 Minuten koecheln lassen.

Tomaten enthaeuten, vierteln entkernen und grob wuerfeln. Unbter die Suppe ruehren, mit Salz und Tamarindenpaste abschmecken. Mango schaelen, in Streifen schneiden und in Suppe erhitzen. Suppe mit Minzeblaettchen bestreuen.

Stichworte	Indien, Linse, Suppe

Suppe, Suess

BUTTERMILCHSUPPE

BUTTERMILCHSUPPE

Für 1 Rezept

Zutaten

- *1/2 l Milch*
- *40 g Vanillepuddingpulver*
- *80 g Zucker*
- *1/2 l Buttermilch*
- *150 g Gedoerrte Zwetschgen oder --*
- *1 Tasse (-2) Eingemachte Kirschen; ca. oder Saft*

Vanillesosse kochen, die Buttermilch mit dem Schneebesen hineinschlagen, zuletzt die gekochten Doerrzwetschen oder das andere Obst hineingeben.

Die Suppe wird kalt oder noch etwas warm gegessen.

Stichworte	Suess, Suppe

Suppe, Tomate, Lamm

TOMATENSUPPE MIT LAMMFLEISCH

TOMATENSUPPE MIT LAMMFLEISCH

Für 4 Portionen

Zutaten

- *1 1/2 kg Tomaten*
- *750 g Lammschulter ohne Knochen*
- *2 EL Oel*
- *300 g Zwiebeln*
- *2 Knoblauchzehen*
- *2 Gruene Chilischoten*
- *1 klein. Zweig frischer Rosmarin*
- *1 l Bruehe*
- *1 TL Edelsuess-Paprika*
- *Salz und Pfeffer*
- *Zucker*
- *3 TL Meerrettich aus dem Glas*

Tomaten ueberbruehen, haeuten und in Stuecke schneiden. Fleisch wuerfeln und im heissen Oel hellbraun anbraten. Zwiebelwuerfel, zerdrueckten Knoblauch, Chilischoten im Ganzen und grob gehackte Rosmarinnadeln zufuegen.

Tomaten zum Fleisch geben, Bruehe zugiessen und alles etwa 45 Minuten bei kleiner Hitze kochen. Die Suppe mit Paprika, Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und Meerettich abschmecken.

Zum Einfrieren geeignet. Haltbarkeit etwa 4 Monate.

pro Port. ca. 595 kcal/2482 kJ

Stichworte	Lamm, Suppe, Tomate